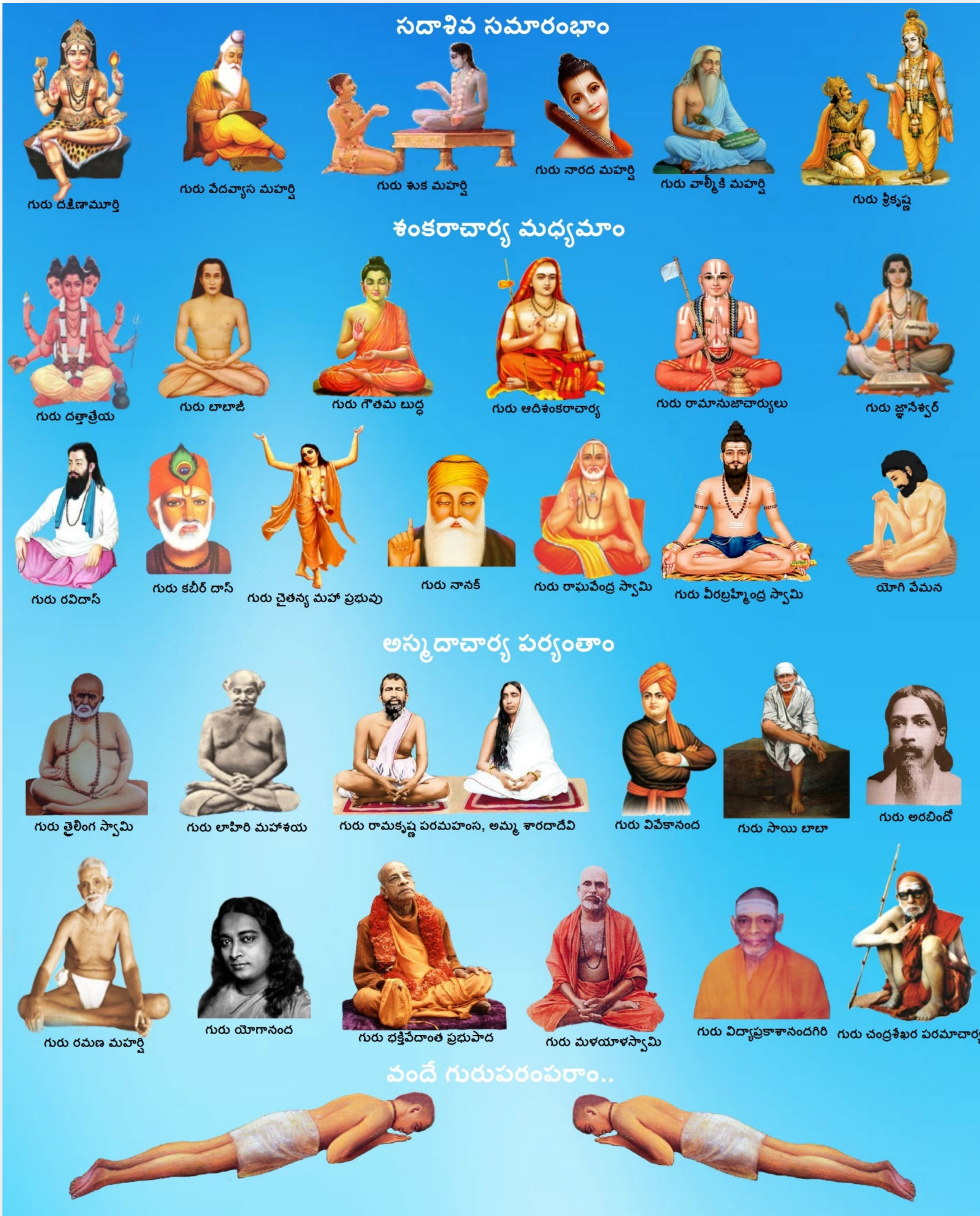
జ్ఞాన యోగం

విచారణ

శ్రీ బ్రహ్మ విద్య


సదాశివ సమారంభాం
గురు దక్షిణామూర్తి
గురు వేదవ్యాస మహర్షి
గురు శుక మహర్షి
గురు నారద మహర్షి
గురు వాల్మీకి మహర్షి
గురు శ్రీకృష్ణ
శంకరాచార్య మధ్యమాం
గురు దత్తాత్రేయ
గురు బాబాజీ
గురు గౌతమ బుద్ధ
గురు ఆదిశంకరాచార్య
గురు రామానుజాచార్యులు
గురు జ్ఞానేశ్వర్
గురు రవిదాస్
గురు కబీర్ దాస్
గురు చైతన్య మహా ప్రభువు
గురు నానక్
గురు రాఘవేంద్ర స్వామి
గురు వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి
యోగి వేమన
అస్మదాచార్య పర్యంతాం
గురు త్రైలింగ స్వామి
గురు లాహిరి మహాశయ
గురు రామకృష్ణ పరమహంస, అమ్మ శారదాదేవి
గురు వివేకానంద
గురు సాయి బాబా
గురు అరబిందో
గురు రమణ మహర్షి
గురు యోగానంద
గురు భక్తివేదాంత ప్రభుపాద
గురు మళయాళస్వామి
గురు విద్యాప్రకాశానందగిరి
గురు చంద్రశేఖర పరమాచార్య
వందే గురుపరంపరాం..

నన్ను "నేను" తెలుసుకోవటానికి

నన్ను "నేను" మార్చుకోవటానికి

నన్ను "నేను" చేరుకోవటానికి

మరియు అత్యుత్తమ జీవన విధానానికి

కావలసిన భక్తి,జ్ఞాన,కర్మ,ధర్మ సమాచారం ఒకేచోట తెలుగులో ఉచితంగా!

సాధారణంగా వేదాంతం తెలుసుకోవాలనే కోరిక వుంటుంది, కాని గ్రంధాలు అందుబాటులో లేవు. ఇంకొకరి దగ్గర గ్రంధాలు వుంటాయి, కాని జిజ్ఞాసువులకి ఎక్కడ ఉన్నవో తెలియదు. అలాగే కొన్ని లైబ్రరీ లో కొన్ని రకాల పుస్తకాలు మాత్రమే లభ్యం అవుతున్నాయి. మహానుభావులైన సాధకులు, జిజ్ఞాసువులు జ్ఞాన ప్రచారార్ధం తాము సేకరించిన విలువైన గ్రంధాలను **ఆర్కైవ్** వెబ్ సైట్ ద్వారా eBOOK(PDF) రూపంలో అందిస్తున్నారు. వారు చేస్తున్న జ్ఞాన యజ్ఞానికి సాయి రామ్ కూడా తమవంతుగా సహాయం చేసే కార్యక్రమంలో భాగంగా వారి గ్రంధాలను సాయి రామ్ ద్వారా కూడా అందచేస్తున్నాము, ఇందుకు మేము వారికి కృతజ్ఞత తెలియచేసుకుంటున్నాము. కనుక ప్రతి ఒక్కరు ఈ సదవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోగలరు. ఇందుకు సహాయం చేసిన ఆర్కైవ్ సైట్(https://archive.org), గూగుల్ సైట్(https://www.google.co.in),మైక్రోసాఫ్ట్ సైట్ (www.microsoft.com) వారికి కూడా మేము ఋణపడివున్నాము. సాయి రామ్ సేవక బృందం కోరుకొనేది ఒక్కటే, ప్రతి ఇల్లు ఆధ్యాత్మిక జ్ఞాన గ్రంధాలతో నిండిపోవాలన్నదే మా కోరిక.

ఈ గ్రంధాలను ఉచితంగా ఆన్ లైన్ లో చదువుటకు, దిగుమతి(డౌన్లోడ్) చేసుకొనుటకు గల మార్గాలు:

1) **ఆర్కైవ్** వారి వెబ్ సైట్: https://archive.org/
2) సాయి రామ్ వెబ్ సైట్: http://www.sairealattitudemanagement.org
3) సాయి రామ్ గూగుల్ సైట్: https://sites.google.com/site/sairealattitudemanagement
4) ఆర్కైవ్ వెబ్ సైట్: https://archive.org/details/SaiRealAttitudeManagement

ఈ జ్ఞాన యజ్ఞం పై గల సలహాలు,సూచనలకు సాయి రామ్ సేవక బృందాన్ని
సంప్రదించుటకు: sairealattitudemgt@gmail.com
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సమాచారం: https://www.facebook.com/SaiRealAttitudeManagement
సాయి రామ్ భక్తి,జ్ఞాన సంబంధ వీడియోలు: https://www.youtube.com/user/sairealattitudemgt

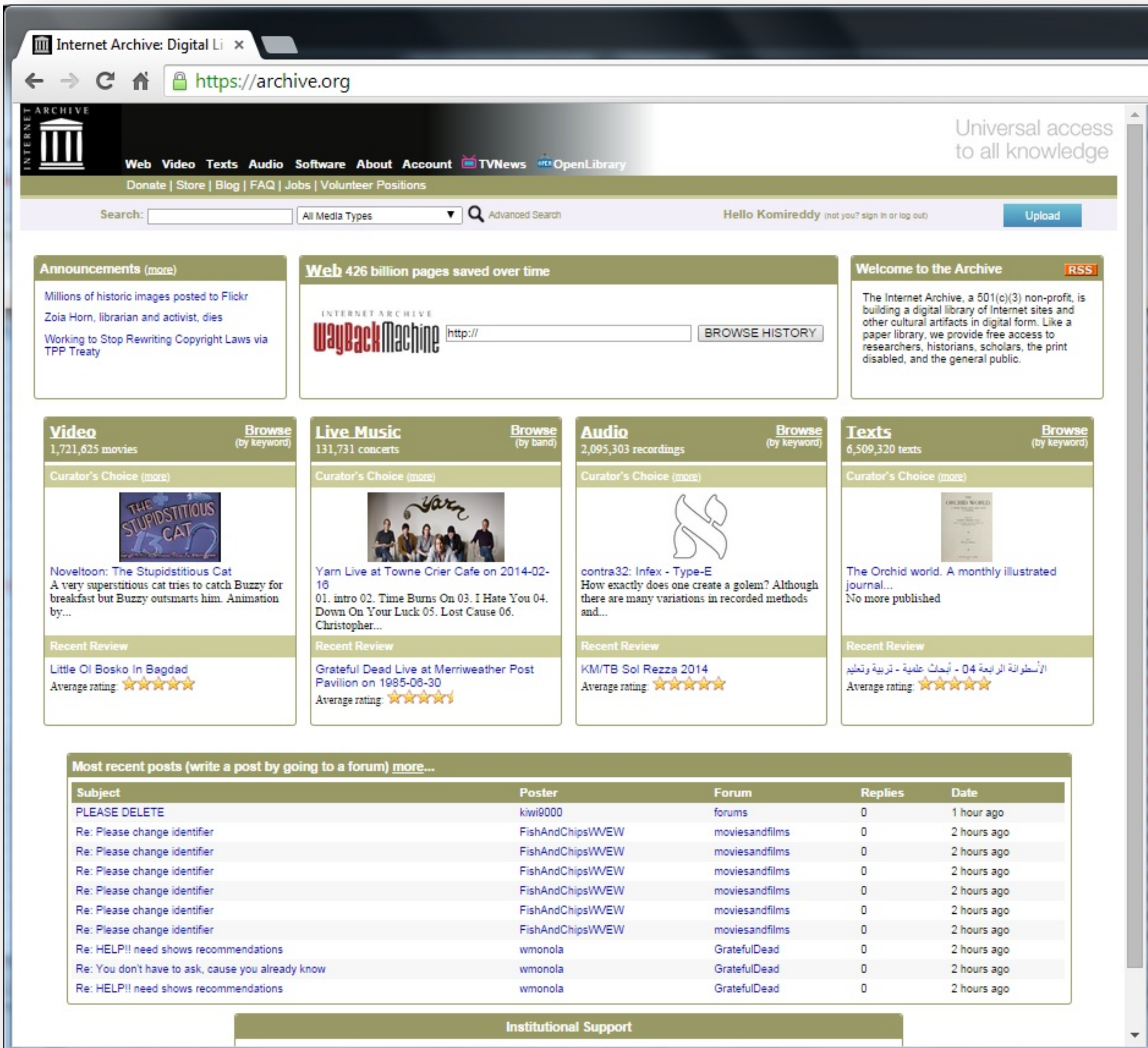
ఈ జ్ఞాన యజ్ఞంలో ప్రతి ఒక్కరు పాల్గొని, ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని,మీరు సంతృప్తులైతే మరొక సాధకునికి, జిజ్ఞాసువులకు మార్గం చూపించగలరని ఆశిస్తున్నాము.

SaiRealAttitudeManagement(SAI RAM) - సాయి నిజ వ్యక్తిత్వ నిర్వహణ(సాయి రామ్)

* సర్వం శ్రీ సాయి నాథ పాద సమర్పణమస్తు*

ఆర్కైవ్ వారి వెబ్ సైట్:

https://archive.org/



అతి విశిష్టం ఈ దానం!

"దానాలలోకెల్లా ఆధ్యాత్మిక విద్యాదానం చాలా శ్రేష్ఠమైంది! దాని తరువాతిది లౌకిక జ్ఞానదానం, ప్రాణదానం, అన్నదానం" అని వ్యాసమహర్షి చెప్పారు.

మన ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానం భారతదేశ హద్దులలో నిలిచి పోకూడదు. లోకమంతటినీ ఆవరించాలి! ఇలా లోకవ్యాప్తమైన ధర్మప్రచారాన్ని మన పూర్వులు చేశారు. హైందవ వేదాంతం ఎన్నడూ ఈ దేశం దాటి పోలేదని చెప్పేవారూ, మతప్రచారార్థం తొలిసారిగా, పరదేశాలకు వెళ్ళిన సన్న్యాసిని నేనే అని చెప్పేవారూ, తమ జాతిచరిత్ర నెరుగని వారే! ఇలాంటి సంఘటనలు ఎన్నోసార్లు జరిగాయి. అవసరమైనప్పుడల్లా, భారతీయ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానప్రవాహం వెల్లువలా లోకాన్ని ముంచెత్తుతూ వచ్చింది.



రాజకీయ ప్రచారాన్ని రణగొణధ్వనులతో, యోధులతో సాగించవచ్చు. అగ్నిని కురిపించి, కత్తిని ఝళిపించి, లౌకిక జ్ఞానాన్నీ, సంఘనిర్మాణ విజ్ఞానాన్నీ విరివిగా ప్రచారం చేయవచ్చు. కానీ ఆధ్యాత్మిక జ్ఞానదానం కళ్ళకు కనిపించకుండా, చెవులకు వినిపించకుండా కురుస్తూ, రోజా పువ్వుల రాసుల్ని వికసింపజేసే మంచులాగా నిశ్శబ్దంగా జరగవలసి ఉంది. భారతదేశం నిరాడంబరంగా, లోకానికి మళ్ళీ మళ్ళీ చేస్తూ వచ్చిన దానమిదే!

మిత్రులారా! నేను అవలంబించే విధానాన్ని తెలియజేస్తాను వినండి. భారతదేశంలోనూ, ఇతర దేశాల్లోనూ మన పారమార్థిక ధర్మాలను బోధించడానికి తగినవారుగా మన యువకుల్ని తయారు చేయడానికై భారతదేశంలో కొన్ని సంస్థలను నెలకొల్పాలి! ఇప్పుడు మనకు కావలసింది బలిష్ఠులు, జవసంపన్నులు, ఋజువర్తనులు, ఆత్మ విశ్వాసపరులు అయిన యువకులు. అలాంటి వారు నూరుమంది దొరికినా, ప్రపంచం పూర్తిగా పరివర్తన చెందగలుగుతుంది!!

ఇచ్ఛాశక్తి తక్కిన శక్తులన్నిటి కన్నా బలవత్తరమైంది. అది సాక్షాత్తూ భగవంతుని దగ్గరి నుండి వచ్చేదే కాబట్టి దాని ముందు తక్కినదంతా లొంగిపోవలసిందే. నిర్మలం, బలిష్ఠం అయిన 'ఇచ్ఛ' (సంకల్పం) సర్వశక్తిమంతమైంది. దానిలో మీకు విశ్వాసం లేదా? ఉంటే మీ మతంలోని మహోన్నత ధర్మాలను ప్రపంచానికి బోధించడానికై కంకణం కట్టుకోండి. ప్రపంచం ఆ ధర్మాల కోసమై ఎదురుచూస్తోంది. అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రజలకు క్షుద్రసిద్ధాంతాలు నేర్పడం జరిగింది. వారు వ్యర్థులని ప్రపంచమంతటా బోధలు జరిగాయి. ఎన్నో శతాబ్దాల నుండి వారు ఈ బోధనల వల్ల భయభ్రాంతులై, పశుప్రాయులైపోతున్నారు. తాము ఆత్మస్వరూపులమనే మాటను వినడానికైనా వారెన్నడూ నోచుకోలేదు. "నీచాతినీచుడిలో కూడా ఆత్మ ఉంది. అది అమృతం, పరమ పవిత్రం, సర్వశక్తిమంతం, సర్వవ్యాపకమైనది" అని వారికి ఆత్మను గురించి చెప్పండి. వారికి ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ప్రసాదించండి. ❖

మూలం: శ్రీ రామకృష్ణ ప్రభ - ఫిబ్రవరి 2014

శ్రీ బ్రహ్మ విద్య

సుజ్ఞాన బోధిని

సకల తత్త్వార్థవేత్తయయిన శుకయోగి అగ్నిదేవునకు నుపదేశరూపమునఁ జెప్పిన ధర్మార్థకామ మోక్షములనెడు చతుర్విధ పురుషార్థములను దెలుపునట్టి అతి విచిత్రములును నీతియుక్తి చమత్కారహాస్య రసయుక్తములగు 70 కథలును 500 పేజీలునుగల పెద్ద గ్రంథము. ఈ పుస్తకములోని విషయములు అత్యద్భుతములు :– జితేంద్రియత్వము; శ్రీరంగములోని చంద్రపుష్కరిణీ స్నాన మహిమ; బ్రహ్మచర్యలక్షణము; పతివ్రత లక్షణములు, పరబ్రహ్మ స్వరూప నిర్ణయము, తులసి బృందావవన మహిమ గంగా ప్రభావము, కాశీ క్షేత్ర మహిమ, జ్ఞానోపదేశము, సన్యాస విధి, యతి ధర్మములు, యోగాభ్యాసము, ఆసనములు, ప్రాణాయామము, సమాధి లక్షణము, మహావాక్యములు మొదలగు విషయములు తెలుపబడెను.

బ్రహ్మజ్ఞాన సారము

శ్రీరాములకు వసిష్ఠ మహామునిచేఁ జెప్పబడిన జ్ఞాన మార్గము. జీవన్ముక్త లక్షణము, చిత్తవిశ్రాంతి మార్గము, చిదాకాశము, బ్రహ్మోపదేశము, యోగాభ్యాసము, మొదలగు అనేక విషయములు తెలుపఁబడెను.

పంచ రత్నములు

ఇందు యోగవిషయము, బ్రహ్మబిలము, చక్రములు తెలుఁపబడెను.

ఓమ్

1. గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణు గురుర్దేవో మహేశ్వరః
   గురుస్సాక్షాత్పరబ్రహ్మ తస్మైశ్రీ గురవే నమః॥

2. అజ్ఞానతిమిరాంధస్య జ్ఞానాంజనశలాకయా
   చక్షురున్మీలితంయేన తస్మైశ్రీ గురవే నమః॥

3. నిత్యానందం పరమసుఖదం కేవలంజ్ఞానమూర్తిం
   విశ్వాతీతం గగనసదృశం తత్త్వమస్యాదిలక్ష్యం
   ఏకం నిత్యం విమల మచలం సర్వధీ సాక్షిభూతం
   భావాతీతం త్రిగుణరహితం సద్గురుంతం నమామి ॥

4. చాపంచేక్షుమయం ప్రసూనవిశిఖం పాశాంకుశౌపుస్తకం
   మాణిక్యాక్షసరోరుహం మణిమయీాం వీణాం సరోజద్వయం
   పాణిభ్యామభయంవరంచ దధతీంబ్రహ్మాదిసేవ్యాంపరాం
   సింధూరారుణ విగ్రహాం భగవతీం తాం షోడశీ మాశ్రయే ॥

ముందు మాట

సర్వలోకాతీతంబును, సమస్తవృత్తిరహితంబును, పంచకోశాతీతంబును, అగు పరమాత్మను తెలిసికొనుటకు బ్రహ్మవిద్య ముఖ్యము. పరతత్త్వమునందాసక్తి లేని పండితుఁడును రెండుకాళ్లపశువె యనదగుంగాని నిశ్చయమైన పండితుండని చెప్పనొప్పదు. ఆహారము నిద్ర భయము సంభోగమునునవి పశువులకును మనుష్యులకుం గూడ సమానముగనుండు గుణములు. పశువులకంటె మనుష్యునియందు జ్ఞానమొక్కటి యధిగము. అట్టి జ్ఞానమే లేనిచో మనుష్యుండును బశువుతో సమానుఁడేయగును. ఇట్టి వానినే నరపశువని పెద్దలు పేర్కొనియున్నారు. మూర్ఖులకు దివ్యజ్ఞానము స్వయముగ బుట్టదు సరిగదా, యితరులు మేలుగోరి హితోపదేశము చేసినను లంచమిచ్చి బ్రతిమాలినను, బలవంతమున బట్టి నట్టడవికి నెట్టినను గలుగబబోదు, కావున సాధన చతుష్టయ సంపత్తిఁ గలవారై సద్గురుసేవయును సజ్జనసాంగత్యమును చేయవలయును. పెద్దల చెంతఁజేరి సాధన చతుష్టయసంపత్తిఁ గలవారై చతుర్విధశుశ్రూషలు సేయుచు ఈషణత్రయములకు తాపత్రయములకు లోబడక అరిషడ్వర్గమును జయించినవారై మోక్షము నపేక్షించవలయును. సజ్జన సాంగత్యమువలన అహంకారము నశించును. తద్వారా భగవద్భక్తి కలుగును. ఎట్టివారికి గాని కోపమణచుట ముఖ్యము. బ్రహ్మజ్ఞానమును దెలుపు గ్రంథములు సంస్కృత భాషయందుండుట చేతను, సమగ్రముగ తేటతెల్లముగ తెలియజేయు గ్రంథము తెలుగుభాషయందు లేని లోపమున అనేకులు అజ్ఞులై యుండుటను కన్నులారఁ జూచి ఆ లోపము నుండి అందరు నొక్కుమ్మడిగా బ్రహ్మవిద్యాధురంధరులు కాగలందులకు యీ గ్రంథము వ్రాయఁబడెను. ఇందు మున్ముందుగా సద్గురువు లక్షణమును, సాధన చతుష్టయ సంపత్తి, తాపత్రయములు, ఈషణత్రయములు, యజ్ఞోపవీతము, ఉపదేశము, ఉపవాసము, అష్టాంగములు, బ్రహ్మచర్యము, ఋతుకాలము, సుఖాసనము, సమాధి మొదలుగాఁగల అనేక విషయంబులు

చక్కఁగ వ్రాయఁబడెను. ఇందు ఏ దోషంబులున్నను క్షమించి హంసవలెనే నీటిని విడిచి పాలనెడు మంచి వాక్యములను గ్రహించెదరని నమ్మెదను. పుస్తకమును చూచిన మాత్రముననే మీ అభిప్రాయమును తెలుపక సాంగముగ చదివి విశేషములను గ్రహించి ముముక్షువులై యుండకోరెద.

''Drink deep or taste not the Pierian spring''

తుదవఱకు పుస్తకమును చదివి అచ్చుటచ్చుటి యంతరార్థములను గ్రహించినగాని విశేషములు తెలియవు. కావున తుదముట్టఁ జదివి మనస్సును స్వాధీనము చేసికొని మోక్షమునందవలయును.

ఇట్లు

పరమహంస

విషయ సూచిక

శ్రీ బ్రహ్మ విద్య

శ్రీ మద్వ్యాసపరాశరాదిముని సంసేవ్యంబు, నైరుగణ్యమున్
నామాకార క్రియావిహీనము, చిదానందస్వరూపంబు మ
ర్త్యామర్త్యాదివిశిష్టవిశ్వసమతి క్రాంతంబు, నిర్ద్వైకృత
ప్రామాణ్యంబగుచున్ వెలింగెడు పరబ్రహ్మంబె వంద్యంబిలన్

సర్వలోకాతీతంబును, సమస్త వృత్తిరహితంబును, త్రిగుణాతీతంబును, పంచకోశాతీతంబు, అవాంగ్మానస గోచరంబును, అగు పరమాత్మను తెలిసికొనుటకు బ్రహ్మవిద్య ముఖ్యము. చతుర్వేదసారం బగు నుపనిషద్వాక్యార్థములను విచారణ చేత పూర్వపక్ష సిద్ధాంతముల నేర్పరచి శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసల చేత అపరోక్ష సాక్షాత్కార స్వరూపజ్ఞానమును కలుగ జేయునట్టిదియె, బ్రహ్మవిద్య.

శ్లో॥ అన్యవిద్యా పరిజ్ఞాన మవశ్యం నశ్వరం భవేత్
బ్రహ్మవిద్యా పరిజ్ఞానం బ్రహ్మప్రాప్తికరం స్థిరమ్ ॥

ఇతర విద్య యెంత తెలిసికొన్నను నశించునదియె. బ్రహ్మ విద్య అట్లు నశింపక స్థిరమైన పరబ్రహ్మ జ్ఞానమును గలిగించి యాపరబ్రహ్మతోడ నైక్యమగునట్లు, అనగా కలిసిపోవునట్లు చేయును.

అట్టి విద్య లభించుట అతి దుర్లభము. ఈ గ్రంథమున దానిని గూర్చిన విశేష సంగతులు స్పష్టముగ తెలుపబడెను. గురువు లేక యేవిద్యయును తెలియదందురు.

గురువు లక్షణము

శ్లో॥ గుకారశ్చ గుణాతీతో రూపాతీతో రుకారకః
గుణ రూప విహీనత్వా ద్గురు రి త్యభిధీయతే ॥

"గు" అనగా గుణముల కతీతము, "రు" అనగా రూపముల కతీతము. కావున "గురు" శబ్దమునకు గుణరూపములు లేనిది యనునర్థమును దెలియునది. కాననే "గురువు" అనఁగా గుణరూపములు లేనివాడు అని భావము.

అతడింక నెట్టివాడనిన :

శ్లో॥ గుకార శ్చాంధకారస్తు రుకార స్తన్నిరోధకృత్
అంధకారవినాశిత్వా ద్గురురి త్యభిధీయతే ॥

"గు" అనగా కటికిచీఁకటి "రు" అనఁగా ఆ చీకటిని పోగొట్టునది. కావున గురువు అనగా అజ్ఞానమనెడు చీకటిని పోగొట్టువాడని యభిప్రాయము.

అనేకమంది గురువులమని పేరు పెట్టుకొని వచ్చి మోసము చేయుచుందురు.

శ్లో॥ గురువో బహవ స్సంతి శిష్యవిత్తాపహారకాః
త మేకం దుర్లభం మన్యే శిష్యహృత్తాపహారకమ్ ॥

శిష్యులయొక్క ధనమును అపహరించెడి గురువులనేకులు గలరు; కాని శిష్యుల యొక్క హృదయ తాపము అనగా మనస్సున గలిగెడు వృత్తులను హరించెడి గురువు లభించుట కష్టము.

పెద్దలను వెదకుచో జాగరూకులై వారియందలి గుణాగుణములను కడు మెలకువతోడ గనిపెట్టవలయును.

పెద్దలు : ధన సంపన్నత, నెరసిన వెండ్రుకలు, ముసలితనమును, గలవారే పెద్దలని తలంపవలదు. బాలుడైనను వృద్ధుడైనను, ధనము గలవాడయినను నిరుపేదయైనను, మాటలు నేర్చినను, నేర్వకున్నను, ఉపనిషదర్థములను జెప్పగలిగినను చెప్పలేకయున్నను, తదర్థములను గ్రహించి అపరోక్ష సాక్షాత్కారమును స్వానుభవమును గలవారే పెద్దలని తెలియునది. అట్టి మహాపురుషులను సేవించి వారికి చతుర్విధ శుశ్రూషలను జేయవలయును.

పెద్దరికము నభినయించుచు బూజ్యులవలె నటించు మోసగాండ్రెందరో యుందురు; కావున సత్పురుషులను వారి వారి చర్యలవలన దెలిసికొనవలెను.

"ముఖం పద్మదళాకారమ్ వచ శ్చందనశీతలమ్ ।
హృత్కర్తరిసమం చా తివినయం ధూర్తలక్షణమ్ ॥"

ముఖము తామరరేకులవలె వికాసము నొందియుండును; మాటలు శ్రీగంధమువలె గడు చల్లగనుండును; మనస్సు కత్తిరవలె గ్రూరముగానుండును. ఇట్టి అతివినయము నభినయించువారె మోసకారులగు ధూర్తజనులని తాత్పర్యము.

కావున నీ గుణములనుబట్టి వేషధారులగు దుర్జనులను దెలిసికొని వారి సాంగత్యమును గోరక బ్రహ్మనిస్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దలను వెదుకవలెను.

ఇట్లు నిరాకాంక్షుండును నిత్యానిత్యవస్తు వివేకయుక్తుండును సకల విధైహికాముష్మిక భోగవిరక్తుండును శమాదిషట్క సంపత్తియుతుండును ముముక్షుతాసమన్వితుండును అగు శిష్యుడు నిజమైన భక్తితో వెదకుచుండగను ఆడబోయిన తీర్థమెదురైనట్లు పెద్దలసేవ లభించును.

"నాకు మేలుగోరు నా భక్తుడగువాడు
భక్తజనుల కేన పరమగతియు
భక్తుడెందుజనిన బరతెంతువెనువెంట
గోవువెంటదగులు కోడెపగది॥

నా భక్తుడు నా మేలు కోరుచుండును. అట్టి భక్తుని దరింపజేయుట నాకు విధి. కావున నతడెచ్చటెచ్చటికి బోవుచున్న నెదయైనయావు నాబోతు వెన్నాడినట్లు నే నాతనినే వెంబడించుచుందును.

అని భగవానులు చెప్పిరి. కావున భగవద్భక్తిగలిగి యుపాసించుచున్నచో నాముముక్షువునకు దగిన జ్ఞాని నాభగవానుడే ప్రత్యక్షము సేయును. ఒక దీపము వలన నింకొక్కటియు దానివలన వేఱొక్కటియుగ, నిట్లనేక దీపములు వెలిగింపబడి ప్రజ్వరిల్లునట్లీ బ్రహ్మవిద్యయు శిష్య పరంపరలలో నొకనివలన నింకొక్కనిగా బెక్కుతిచే గ్రహింపబడి, వర్ధిల్లుచు, నాహ్లాదమును గలిగించు నని యెంచి వారికి గలిగిన నిర్హేతుకజాయమాన కటాక్షమువలన నట్టి జ్ఞానులు తమ భక్తులకు దాని నుపదేశింతురు. మఱియు క్షేత్రమును గుర్తెఱిగి విత్తనము వేసినచో మంచి ఫలము నిచ్చునను తలంపుతో గాపువాడు పరీక్షించునట్లు సద్గురుండును సత్పాత్రునికొఱకు వెదకుచుండును. అట్టి పెద్దల చెంత జేరి సాధనచతుష్టయ సంపత్తిగలవాడై చతుర్విధ శుశ్రూషలుచేయుచు వారినిర్హేతుక జాయమాన కటాక్షమువలన తాపంబులు దీరి సత్కర్మాచరణమును వేదాంత శాస్త్ర పరిజ్ఞానమును నిత్యానిత్యవస్తు వివేకమును యిహామూత్రార్థ ఫలభోగ విరాగమును, శమాదిషట్క సంపత్తియు గలిగి అరిషడ్వర్గములు తాపత్రయములను దగ్గఱ జేరనీయక మోక్షము నపేక్షించుచుండునది.

శరీరేంద్రియప్రాణాదులే ఆత్మ అనెడు సంసారసాగరమును దాటించువాడు గురువు. శిష్యునికి గల సందేహములను నివర్తి చేసి మోక్షమార్గమును సూచించి విదేహముక్తి, కైవల్యము నిచ్చునట్టివాడే గురువు.

బోధక గురువు, వేదక గురువు, నిషిద్ధ గురువు, కామ్యక గురువు, సూచక గురువు, వాచక గురువు, కారణ గురువు, విహిత గురువులని గురువులెనిమిది విధములు.

అందు :

1. బోధక గురువు : వేదాంత శాస్త్రములయందలి శబ్దార్థములను మాత్రము చక్కగా బోధించు గురువు బోధక గురువు.

2. వేదక గురువు : వేదాంత శాస్త్రములయందలి శబ్దార్థముల జక్కగా బోధించి తత్త్వమును దర్శింపజేయువాడు వేదక గురువు.

3. నిషిద్ధ గురువు : వశ్యము ఆకర్షణము మొదలగు మంత్రముల చేత

యిహలోకమందును పరలోకమందును సుఖదుఃఖముల నిచ్చువాడు నిషిద్ధ గురువు.

4. కామ్యక గురువు : పుణ్యకర్మముల జేయమని చెప్పి పుణ్యకర్మలు చేయించి తద్వారా యిహలోక పరలోక సుఖములనిచ్చువాడు కామ్యక గురువు.

5. సూచక గురువు : వేదాంత శాస్త్రముల యొక్క అంతరార్థమును తెలుపుచు జ్ఞానమును కలుగజేసి తద్వారా శమ దమ ఉపరతి తితీక్ష శ్రద్ధ సమాధానము అను సద్గుణములను కలుగజేసి ఆత్మావలోకన చేయుటకు సూచించువాడు సూచక గురువు.

6. వాచక గురువు : శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణంబులనెడి జ్ఞానేంద్రియంబుల యొక్కయు వాక్పాణి పాదపాయూపస్థలనెడి కర్మేంద్రియముల యొక్కయు మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడి అంతరింద్రియముల యొక్కయు విషయములగు శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధంబులు, వచన దాన గమనామన విసర్జన ఆనందములు, సంకల్పవికల్ప నిశ్చయ చంచలకర్తృత్వములు, వీటియందు వైరాగ్యమును గలిగించి శిష్యుని అంతఃకరణ నిర్విషయమగునట్లు చేయు మహానుభావుడు వాచక గురువు. అట్టి బోధయందే మనసు ఊర్ధ్వ ముఖ వ్యాప్తియై నిర్విషయమయి యుండును.

7. కారణ గురువు : అహంబ్రహ్మాస్మియను మొదలుగా గల వాక్యములను బోధించి జీవేశ్వరైక్యమును తేటతెల్లముగ తెలిపి జీవన్ముక్తియనుభవమును గలుగజేసిన పరమపురుషుడు కారణ గురువు.

8. విహిత గురువు : శిష్యునికి గల సకల సంశయములను నివర్తి చేసి ఆ సచ్ఛిష్యుని యేమాత్రము సందేహము లేనివానిగా జేసి తద్వారా విదేహ ముక్తి, కైవల్యమునిచ్చునట్టివాడు విహిత గురువు. వానినే సాక్షాత్పరశివుడనియు చెప్పనగును. అట్టి వాని వర్ణించుటకాదిశేషునికైన నలవిగాదు.

కాబట్టి బ్రహ్మవిద్యా ప్రవీణుల యొద్ద జేరి రహస్యములను దెలిసికొనవలెను.

కుమ్మరవాడు ఎంతటి తెలివిగలవాడయినను సాధనములైన దండము,

చక్రము, మృత్తికయు లేక కుండలు చేయలేనట్లు ఎంత సూక్ష్మ బుద్ధిగల వానికిని సాధనచతుష్టయ సంపత్తి లేక బ్రహ్మజ్ఞానము కలుగనేరదు.

సాధన చతుష్టయ సంపత్తి

నిత్యానిత్యవస్తువివేకము, ఇహామూత్రార్థఫలభోగ విరాగము, శమాది షట్క సంపత్తి, ముముక్షుత్వము అని నాలుగువిధములు :

అందు :

1. నిత్యానిత్యవస్తువివేకము : తన శరీరము, భార్య, కొడుకులు, కోడండ్రు కూతుళ్ళు, అల్లుండ్రు, అత్త, మామ, బావమరుదులు, తల్లిదండ్రులు, అన్న దమ్ములు, పినతండ్రి, పెత్తండ్రి, పినతల్లి, పెత్తల్లి, యిల్లు, వాకిలి, తోట, దొడ్డి, చేలు, ధనము, ధాన్యము, మేడలు, మిద్దెలు, బంగాళాలు, పర్ణశాలలు, పశువులు, పక్షులు, క్రిమికీటకములు, ఎలుకలు, పిల్లులు, కుక్కలు, నల్లులు, చీమలు, దోమలు మొదలుగా గల నేత్రములకు గోచరమగునట్టి సమస్తమున్ను బ్రహ్మవిష్ణు మహేశ్వరులనెడి త్రిమూర్తులున్ను ఇంద్రుడు మొదలుగాగల దేవతలున్ను అసత్యములనియు, సత్యము విజ్ఞానము ఆనందము, నిత్యము నిర్మలములనెడి పంచలక్షణముల చేత ప్రకాశించుచు, రూప నామ క్రియారహితమై సమస్తమునకు విలక్షణమై ప్రకాశించు పరబ్రహ్మమే సత్యమనియు, నిత్యమనియు, దెలిసికొనుట. ఇదియే ఆత్మానాత్మ వివేకము అనియు చెప్పబడును.

"బ్రహ్మ సత్యం జగన్మిథ్య"

"సత్యం జ్ఞానమనంతం బ్రహ్మ"

"సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ"

ఇదియే పూర్వపక్ష సిద్ధాంతముల నేర్పఱచుట.

2. ఇహామూత్రార్థ ఫలభోగ విరాగము : ఈ లోకమందుండు స్త్రీలు, వస్త్రములు, నగలు, పుష్పములు, చందనము, అత్తరు, పన్నీరు మొదలుగా గల సుగంధ ద్రవ్యములు, మేడలు, మిద్దెలు, యిల్లు, వాకిలి, తోటలు, ధనము, ధాన్యము, ఆలు బిడ్డలు మొదలుగువాని భోగములయందును పరలోకమందలి ఇంద్ర పదవి

మొదలుగా గల పదవులభోగములయందును రంభాసంభోగాదులయందును, స్వర్గవైకుంఠ కైలాసాదులయందును, కోరిక లేకయుండుట.

3. శమాది షట్క సంపత్తి : శమము, దమము, ఉపరతి, తితీక్ష, శ్రద్ధ, సమాధానము అని ఆఱు విధములు.

(1) శమము : మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము, అనెడియంతరింద్రియములను, వాని వృత్తులకు బోనీయక పరబ్రహ్మయందైక్యము చేసియుంచుట. మనస్సు వేదాంత శ్రవణమున కంటె వ్యతిరిక్తమైన విషయాదులకు బోవుచుండెనేని, దానిని మఱలించి వేదాంత శ్రవణాదులయందు నిలుపుట. మనస్సును తొందరబెట్టి చెదరగొట్టక నెమ్మదిగా స్వాధీనము చేసికొనవలెను. దీనినే అంతరింద్రియ నిగ్రహమనియు జెప్పుదురు.

శ్లో॥ యతో యతో నిశ్చరతి మనశ్చఇ్చల మస్థిరమ్ ॥
తత స్తతో నియమ్యైత దాత్మన్యేవ వశంనయేత్ ॥
– భగవద్గీత – 6 అ. 26 శ్లో

చంచలమైన మనస్సు, ఏ యే విషయములయందు సంచరించుచున్నదో, ఆయా విషయముల నుండి దానిని మఱలించి, ఆత్మయందు వశపరచుకొన వలయును.

మనస్సు సంకల్పించును. అనగా కోరికలు పుట్టించును. బుద్ధి నిశ్చయించును. చిత్తము చలించును, అనగా సందేహమును పుట్టించును. అహంకారము కార్యఫలమెట్లగునోకదా యను విచారమున కెడమీయక మూర్ఖముతో కార్యమును చేయించును. ఇవియె అంతరింద్రియములనబడు మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారమునను వాని విషయములు.

2) దమము : శబ్దములను గ్రహించునట్టి శ్రోత్రేంద్రియము (చెవులు), స్పర్శను గ్రహించునట్టి త్వగింద్రియము (చర్మము), రూపమును గ్రహించునట్టి చక్షురింద్రియము (కన్నులు), రుచులను గ్రహించెడి జిహ్వేంద్రియము (నాలుక), సుగంధ దుర్గంధములను గ్రహించెడి ఘ్రాణేంద్రియము (ముక్కు), అనెడి జ్ఞానేంద్రియములైదిటిని; వచనములు గల వాగింద్రియము (నోరు), దాన

ప్రతిగ్రహములు గల పాణీంద్రియము (చేతులు), గమనాగమనములు గల పాదేంద్రియము (కాళ్ళు), విసర్జన చేయు పాయురింద్రియము (మలద్వారము), రత్యానందముగల ఉపస్థేంద్రియము (మూత్ర ద్వారము) ననెడు కర్మేంద్రియములైదిటిని; వాని వాని వ్యాపారములకు పోనీయక పరబ్రహ్మ యందైక్యము చేసి యుంచుట. ఇంద్రియములు వేదాంత శ్రవణమునకంటె భిన్నమైన విషయాదులకు పోవ యత్నించుచుండ వానిని మఱలించి వేదాంతశ్రవణాదుల యందే నిలుపుట. దీనినే బాహ్యేంద్రియ నిగ్రహమని చెప్పుదురు. మనసు నిలిచిన, నింద్రియములన్నియు నిలచును.

శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వా ఘ్రాణంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియముల చేత అజ్ఞుల కందఱకు మనసు సంచరించును. జ్ఞానులకు ఆ జ్ఞానేంద్రియముల సహాయము లేకనే మనసు విహరించును. యోగాభ్యాసముగలవారలు జ్ఞానేంద్రియముల సహాయము లేకనే వారి జ్ఞాన నేత్రము వల్ల సమస్తమును చూడగలరు, వినగలరు, తెలిసికొనగలరు.

శ్లో॥ యదా సంహరతే చాయం కూర్మాంగౌ నీవ సర్వశః

ఇన్ద్రియా ణీన్ద్రియార్థేభ్య స్తస్యప్రజ్ఞా ప్రతిష్ఠితా ॥

– భగవద్గీత – 2 అ. 58 శ్లో

తాబేలు, తనకరచరణాద్యవయవములను వెలుపలి నుండి తనలోనికి ముడ్చుకొనునట్టు లెవడు విషయములయందిచ్ఛ గలిగియుండు తన యింద్రియములను మఱలించి, మనస్సును ఆత్మయందే యిముడ్చుకొనుచున్నాడో అతని యొక్క బుద్ధియె మిక్కిలి స్థిరమైనది.

3) ఉపరతి : సకల పాపకర్మంబుల విడిచి సకల పుణ్యకర్మంబులచే భగవంతునికి ప్రీతి గలిగించుట.

ఉపరతి యనగా స్త్రీ చేయు సంభోగమని యందఱకు దెలిసిన విషయమే కదా. సమస్త ప్రాణులకు మనస్సు స్త్రీగా నెంచబడియున్నది. అట్టి మనస్సు అధోముఖ వ్యాప్తి యగునేని విషయములకు దిగును. ఊర్ధ్వముఖ వ్యాప్తి యగునేని విషయములను విడచి నిర్గుణ సాక్షాత్కార పరబ్రహ్మ స్వరూపమునందే నిలుచును.

కావున సర్వకాలసర్వావస్థలయందు మనసునకు ఊర్ధ్వముఖవ్యాపనము నభ్యాసము చేయవలయును. అట్టి యెడ నది క్రమక్రమముగా నీశ్వరునియందే నిలిచి విషయములకు పోక మానును. ఇదియే జీవేశ్వరైక్యము. అట్టు లభ్యాసమునొందిన మనస్సునకే జీవుడని సంజ్ఞ. మనసును క్రమక్రమముగా వృత్తులకు పోకుండ నిలుపుటనభ్యాసము చేయగ, మనసు నిలుచును. మనసు నిలిచినతోడనే స్వప్రకాశమనెడి శుద్ధ తెలివి జ్ఞాననేత్రమునకు కనుబడును. ఆ తెలివికే ఆత్మజ్యోతి యనియు చిత్ప్రకాశమనియు పెద్దలు చెప్పుదురు. అదియే మూలప్రకృతి; సర్వసాక్షి. ఇట్లు మనస్సు స్వాధీనమయి ఆత్మయందు నిలిచి క్రీడించుటయే ఉపరతి. కనుక ఉపరతియను పదమునకు ప్రపంచ వ్యవహారానుసారముగ నర్థము చేయక నిజమగు నీయర్థమును తెలిసికొని మున్ముందు మనసును స్వాధీనము చేసికొనవలెను. పరమార్థమందు మనసు స్త్రీగాను ఆత్మ పురుషుడుగాను తలంచవలెను. అభ్యాసమందు మనసును అనాహతచక్రమందు నిలిపి పిమ్మట నాజ్ఞాచక్రమున జేర్చవలెను. దాని కిటుకు తెలిసిన వెనుక సుషుమ్నానాడి కాగ్రమగు సహస్రారమునకు జొప్పించి నిరంతర సౌఖ్యము ననుభవింపవచ్చును. అంగడిలో చక్కెరయున్నదని చెప్పిన మాత్రమున వినియోగము కల్గునా? ఆ చక్కెర కొని తెచ్చి తినినచోగదా దాని మధురము తెలియగలదు. అట్టులే యిదియు ననుభవవేద్యమయ్యెండు.

(చూడుడు – చక్ర విషయము)

శ్లో॥ పత్రంపుష్పం ఫలం తోయంయోమేభక్త్యా ప్రయచ్ఛతి

తదహం భక్త్యుపహృత మశ్నామి ప్రయతాత్మనః॥

– భగవద్గీత – 9 అ. 26 శ్లో

ఎవ్వడైన నేమి ప్రతిఫలమును గోరక, యొక దళమో, పూవో, పండో, నీరో, నాకు భక్తితో సమర్పించిన యెడల దానినేనారగింతును. అని భగవానులు చెప్పిరి.

కనుక కామక్రోధలోభ మోహమదమాత్సర్యములనెడు అరిషడ్వర్గమును దగ్గఱకు జేరనీక యే పాపకృత్యములకును బోక ప్రతిఫలము నపేక్షింపక

భగవదర్పితముగా బుణ్యకర్మంబులమాత్రమే చేయుచునుండుటయే యుపరతి. దీనినే సామాన్యముగా నరిషడ్వర్గమును జయించుట యందురు.

శ్లో॥ కామః క్రోధశ్చ లోభశ్చ దేహే తిష్ఠంతి తస్కరాః

జ్ఞానరత్నాపహారాయ తస్మాజ్జాగ్రత జాగ్రతః ॥

కామము = కోరిక, క్రోధము=కోపము, లోభము=పిసినిగొట్టు తనము, మోహము=స్త్రీ మీదనైనను ధనము మీదనైనను గలిగెడి కోరిక, మదము=ధనమువలనైనను విద్యవలననైనను గలిగెడు యంధకారము, మాత్సర్యము = ఓర్వలేనితనము. ఇవి శరీరమునందలి దొంగలు అనగా అంతశ్శత్రువులు. ఇవి జ్ఞానమనెడు రత్నమును దొంగిలించును. కనుక జాగ్రత్తపడవలెను.

4) తితీక్ష – ప్రారబ్ధవశమున గలిగెడి సుఖమునకు సంతోషించక, దుఃఖమునకు వ్యసనపడక యేది ప్రాప్తించినను సమబుద్ధితో సహించియుండుట.

శ్లో॥ యస్సర్వత్రానభిస్నేహస్తత్తత్ప్రాప్య శుభాశుభమ్

నాభినన్దతి నద్వేష్టి తస్య ప్రజ్ఞా ప్రతిష్ఠితా ॥

– భగవద్గీత – 2 అ. 57 శ్లో

ఎవడు దేహ ప్రాణాదులగు సర్వవిషయములలో దేనియందు నభిమానముంచక తనకు గలిగిన శుభమును గూర్చి సంతోషమును గాని యశుభమును గూర్చి విచారమును గాని పొందకుండునో వాని యొక్క బుద్ధియే మిక్కిలి స్థిరమైనది.

5) శ్రద్ధ - వేదాంత శాస్త్రములయందు, గురువునందు, ఈశ్వరునియందు, బ్రహ్మవేత్తలగు పెద్దలయందు నుండునచంచలమగు భక్తియే శ్రద్ధయనబడును.

6) సమాధానము - పెద్దలవలన రహస్యములను దెలిసికొనునపుడు మనసును, యింద్రియములను, విషయములకు లోబడనీక నిలుపుట. అనగా మనసును జెదరనీయక పెద్దలు చెప్పెడి రహస్యములను దెలిసికొనుటయందాసక్తితో నుండునట్లు నిలుపుటయని భావము. పెద్దల వలన తెలిసికొనిన సంగతులున్ను వేదాంతశాస్త్రమందు చెప్పబడిన సంగతులున్ను యొకటేయని శృతి యుక్తి

అనుభవముల చేత మనస్సునందు సమాధానపరచుకొనుటయే సమాధానము.

4) ముముక్షుత్వము - అగ్నిలోబడినవాడు జలమును జూడబాఱెడు చందంబున సంసారాణ్యమునందలి తాపత్రయదవానల కీలలకు గమలిన పురుషునికి మోక్షసుధానిధి యెచ్చట నెచ్చటనని యత్యాసక్తి చేత గలిగిన తీవ్రత్వము. సంసార తాపంబును దొలగించు సద్గురువులెవరు? సాధనములేమి? అని చింతించుట.

ఈ నాలుగు సాధనంబులును గలవారే మోక్షాధికారులు. ఈ నాలుగు సాధనములే మనస్సు అనెడి పెద్దపులి, ఆశ యను కృష్ణ సర్పమును, కామక్రోధ లోభ మోహమదమాత్సర్యంబులనెడి దొంగలను, పారదోలును. ఈ సాధనచతుష్టయ సంపత్తి లేని వారికి శ్రవణాదుల చేత విజ్ఞానము యెన్నటికిని లభింపదు.

తాపత్రయములు

1. ఆధ్యాత్మిక తాపము = వాతపిత్తశ్లేష్మ వికారముల వలన తన యొక్క శరీరమునకును యింద్రియములకును కలిగెడి జ్వరము, తలనొప్పి, చలి జ్వరము, క్షయ దగ్గు, మూలశంక వ్యాధి, గుల్మము, అతిసారము, శ్వాసము, మూత్రకృచ్ఛ్రము, అతి ఉష్ణము, నల్లపొండువ, అజీర్ణము, మొలలు జాడ్యము, మొదలగు వ్యాధుల వలన కలిగెడి విశేష బాధలను అనుభవించుట ఆధ్యాత్మిక తాపమని చెప్పబడును. మరియు గ్రుడ్డితనము, మూగతనము, చెవుడు మొదలగునవి సంభవించినపుడు దేహేంద్రియాదులకు తాను వేరుగనుండియు అజ్ఞానమువలన నేను గ్రుడ్డిని, నేను మూగను, నేను చెవిటివాడిని, నేను వ్యాధిగ్రస్తుడనైతిని అనుకొనుచు దుఃఖించుటయును ఆధ్యాత్మిక తాపమని చెప్పబడును.
2. ఆధి భౌతిక తాపము = పంచభూతముల వలన పుట్టినటువంటి నామరూపములు గల పాములు, తేళ్లు, పెద్దపులులు, చిరుతపులులు, సింహములు, ఏనుగులు, గుఱ్ఱములు, దొంగలు, మనుష్యులు, పశువులు, కుక్కలు, నక్కలు, అడవి పందులు, ఈగలు, దోమలు, నల్లులు, పేలు,

చీమలు, యఱ్ఱ చీమలు, గండు చీమలు, పిల్లులు, త్రాగుబోతులు, ఎలుకలు, పందికొక్కులు, చెదపురుగులు, మొదలయిన దుష్ట జంతువుల వలన కలిగెడి బాధల చేత దుఃఖించుట ఆధిభౌతిక తాపమని చెప్పబడును. మరియు భార్య పుత్రులు, పుత్రికలు, మిత్రులు, సేవకులు, బంధువులు, ఆప్తులు, గురువులు, తల్లి, తండ్రి, తాత, అవ్వ, అన్నలు, తమ్ములు, అక్కలు, చెల్లెండ్రు, అత్త, మామ మొదలగువారికి కలిగెడు వ్యాధులు మొదలగువాని వలన తాను దుఃఖించుటయు ఆధి భౌతిక తాపమనియే చెప్పంబడు.

3. ఆధి దైవిక తాపము = దైవికముగా సర్వప్రపంచమునకు అతివృష్టి, అనావృష్టి, సుడిగాలి, ఓరుగాలి, ప్రళయ గాలి, ఎండలేకపోవుట, ఎండ విశేషముగ కాయుట, గాలివాన, మంచు కురియుట, పిడుగులు పడుట, రాళ్ళవాన కురియుట, చలి వేయుట, మంటప ప్రాకారములు, గుడి గోపురములు, గాలి గోపురములు జనుల మీదబడుట, వెల్లువలు, ప్రవాహములు, వరదలు పారుట వలన జనులు నశించుట, ధరలు హెచ్చు అయి పంటలు లేక కరువుగా నుండుట మొదలుగునవి కలిగినపుడు తాను నిర్మలుడనని తెలియక లోకమునకు లోకులకును యిట్టి కష్టములు కలుగుచున్నవే! నేనెట్లు బ్రతుకుదును. నాకేమీ సంభవించునో? ఈ కష్టమునెట్లు సహింతును. నాకేయపాయము లేకుండ కాపాడువారెవరు? నాకు దిక్కెవ్వరు? ఈ దుఃఖ సాగరమునెట్లు దాటుదునని పరితపించుచు దుఃఖించుటయే ఆధి దైవిక తాపము అని చెప్పబడును.

ఈ తాపత్రయ స్వరూపముం దెలిసికొని యిది శరీరేంద్రియములకు గాని దీనికి సాక్షియైన తనకు లేదని యెఱుగువాడే ముక్తుడు. దీనిని తెలిసికొని ప్రారబ్ధవశమున గలిగెడి సుఖమునకు సంతోషించక దుఃఖములకు వ్యసనపడక సర్వకాల సర్వావస్థలయందు నిర్గుణ సాక్షాత్కార పరబ్రహ్మ స్వరూపమునందే మనసును లగ్నము చేయుచు నుండవలయును. మఱియు నీషణత్రయములకు

లోబడగూడదు.

ఈషణత్రయములు

1. పుత్రేషణము : కొడుకులయందలి ఆశ పుత్రేషణము. బ్రహ్మవేత్తలు తప్ప తక్కినవారందఱును "అపుత్రస్యగతిర్నాస్తి" "పున్నామ్నోనరకాత్రాయత ఇతిపుత్రః" "సుతులు లేనివారికి గతులు లేవు" మొదలగు వచనములు చెప్పుచు వానికి గల నిజమైన యర్థమును దెలియక విపరీతార్థముల నూహించి పుత్రులు గలవారికే యిహపరలోకములయందు సుఖములు గలవని పుత్రులు లేనివారికి నట్టి సుఖములు లేవనియు దలంచుచున్నారు. కావున నిపుడు పుత్రులు పుట్టియు బుట్టకయును దల్లిదండ్రులకు నెల్లప్పుడును దుఃఖములనే గలిగించువారైరి. పుత్రులు లేరని యందువలన దమకిక బుత్తను నరకము తప్పదనియు బరితపించుచు బెక్కుఱు పొందెడు దుఃఖమును దినదినమును గన్నులార జూచుచునేయున్నాము గదా? ఇంక నాపుత్రులు పుట్టి దల్లిదండ్రులను బెట్టుకడగండ్లం గూర్చి యించుక విచారించి చూతము. పుత్రులు పుట్టిన వెనుక విద్య లేమివలనను సద్గుణ సంపత్తి పట్టువడకపోవుట వలనను దల్లి దండ్రులకు దుఃఖమునే కలిగించుచుందురు. మఱియు దల్లిదండ్రులు చచ్చిన పిదప వారికి దమపుత్రులు చేయు నుత్తరక్రియలును శ్రాద్ధతర్పణాదికములె సద్గతిని గలిగించునని మురియుచున్నారు. అది యొల్లకల్ల. నిజమైయైనయెడ దల్లిదండ్రులు జీవించియుండగా బుత్రుడు వారిపేరు చెప్పి బ్రాహ్మణులకు సంతుష్టిగ భోజనము పెట్టుచు వారికి నన్నము పెట్టనిచో నా తల్లిదండ్రులయాకలి తీఱవలయునే కదా? అట్లు తీరునా? ఇట్లు చెప్పుట చేత శ్రాద్ధములు మొదలుగునవి పెట్టుట మానవలయునని చెప్పుట కాదు సుమీ. వాని వలనను ఫలము కలదు. కాని యది యా పుత్రుని సద్గతికే కారణంబగును. ఇది నిశ్చయము. పుత్రుడు చేయు తర్పణాదికముల వల్ల తల్లిదండ్రులకు స్వర్గలోక ప్రాప్తియగును గాని మోక్షము రానేరదు. మఱియు సనకుడు, సనందుడు, సనత్కుమారుడు, నారదుడు, హనుమంతుడు, భీష్ముడు మొదలగువారు పుత్రులు లేకయే సద్గతిని జెందినారు

కారా? శ్రీకృష్ణునిగన్న దేవకీవసుదేవులు కృష్ణ నిర్యాణమునకు బిదప బుత్రశోకమునునభవించియు దమ సుకృతము వలన సద్గతిని జెందలేదా? కావున నీ పుత్రులవలననే మోక్షము కల్గునని నమ్ముట వట్టి వెఱ్ఱి. వారి వారి స్వప్రయత్నముల వల్లనే మోక్షము కలుగును.

పుత్ర శబ్దమునకు నిజమైన యర్థమేది యన – పుత్ అనెడు నరకము (అనగా దుఃఖము) నుండి తల్లిదండ్రులను రక్షించువాడు పుత్రుడు. సంసార తాపత్రయములనెడు దుఃఖసముద్రములోనుండి రక్షించునది విజ్ఞానము. "యదృశ్యంతన్నశ్యం" అనునట్లు నేత్రమునకు గోచరమగు సమస్త ప్రపంచము నస్థిరమనియు, బాహ్యాభ్యంతరములయందు సర్వత్ర ప్రకాశించు పరబ్రహ్మ మొక్కటియే సత్యమనియు, నది స్వప్రకాశమనియు, దనకంటె నా పరబ్రహ్మ స్వరూపము భిన్నముగానేరదనియు, నెచట నేవంక జూచిన నా పరబ్రహ్మ స్వరూపమే తప్ప వేఱొండు లేదనియు, దెలిపెడు తెలివియే విజ్ఞానమనబడు చున్నది. అట్టి విజ్ఞానము కలుగుటయే పుత్రుడు కలుగుట. పెద్దల వలన రహస్యములను దెలిసికొని సర్వకాల సర్వావస్థలయందును శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసల చేతను జ్ఞాన వైరాగ్యముల చేతను మోక్షము నొందవలయును.

సంసారము, బాహ్య సంసారమనియు అంతర సంసార మనియు రెండు విధములు. బాహ్య సంసారమనగా భార్యాపుత్రులు, చుట్టపక్కములు మొదలగువారు. అంతరసంసారమనగా జ్ఞానేంద్రియములు, కర్మేంద్రియములు, అంతరింద్రియములు, వాని వ్యాపారములు, అరిషడ్వర్గము, తాపత్రయములు మొదలుగునవి.

మృగపక్షి మనుష్యులయందు మృగములకు బుత్రేషణ మధికము. పక్షులకు దారేషణమధికము. మనుష్యులకు ధనేషణ మధికము అని శాస్త్రజ్ఞులు చెప్పుదురు. ధనమువలె స్త్రీలు నెంతటివిద్య గలవారినైన బాపమనెడు సముద్రములో ముంచివేయుదురు.

2. దారేషణము : భార్యయందలి యాశ దారేషణము. సంసారమెల్లప్పుడు దుఃఖకరమైనదియే. అట్టి సంసారమునకు భార్యయే మూలము. ఎట్లనగా భార్య

రాక మునుపు రాకపోయెనని యొక దుఃఖము; వచ్చినచో గుణవతి కాకపోయెనేని మఱియొక దుఃఖమును గల్గును. అట్లు గాక గుణవతి యేయైనచో నా భార్యభర్తల దాంపత్య సౌఖ్యమెంతయు శ్లాఘ్యముగనుండును.

శ్లో॥ కార్యేషుమంత్రి కరణేషుదాసీ భోజ్యేషుమాతా శయనేషురంభా
ధర్మానుసారీ క్షమయాధరిత్రీ షడ్గుణ్యభార్యా కులముద్ధరంతి ॥

1. కార్యవిచారణమునందు మంత్రివలె నాలోచనలు చెప్పుచు
2. పనుల యెడ బానిసపోల్కి నుపచారములు సేయుచు,
3. ఆహారము పెట్టు విషయమున దల్లిని మఱపించి పోషించుచు,
4. పాన్పున రంభవలె గ్రీడించుచు
5. ధర్మకార్యములపట్ల నీడకై వడిననుసరించి నడచుకొనుచు,
6. ఓర్పునందు భూమిపగిదినెట్టి భారమునైన సహించుచు,

నీ యాఱుగుణములతో నొప్పు భార్య కులము నుద్ధరించునని చెప్పబడియె. ఇట్టి మహాపతివ్రత యగు భార్య లభించినను మితమైన ప్రేమయే యుంచవలయుం గాని అధికానురాగము కూడదు. అట్టిచో భార్యవలని దుఃఖము కలుగనేరదు. భార్య గుణవతి యయ్యేనేని బ్రహ్మజ్ఞానమునకు భంగము కలుగదు. స్త్రీని విడిచిన యెడ సుఖమని భ్రమసి యేస్త్రీని విడువవలెనో తెలియజాలక యనురాగవతి యగు మహాపతివ్రతలను వదలి కొందఱు సన్యాసము పుచ్చుకొనుచున్నారు. మఱికొందరు భార్యయందలి కోపముననో, సంసారమును భరింపలేని లోపముననో సన్యాసి వేషములు ధరించి యాయాశ్రమవిధినే తెలియక సంచరించుచున్నారు. "తలలు బోడులైన దలపులు బోడులా?" సన్యాసాశ్రమమును గుఱించి ముందు వ్రాయబడును. జందెములు త్రెంచి, నెత్తిగొరిగించుకొని, కాషాయగుడ్డలు చుట్టి, దండము పట్టినంత మాత్రమున సన్యాసము కానేరదు. మనస్సే స్త్రీయని యిదవఱకు జెప్పియే యుంటిమి కదా! ఆ స్త్రీనే భార్యగనెంచి, యట్టి భార్యాస్వరూపమగు మనసును వర్జించుటయే యమనస్కతయనియు, నద్దియే సన్యాసమనియును బెద్దలు పేర్కొనియున్నారు. అట్టి మనసు లేని యెడ ననగా వృత్తులు పుట్టనియెడ

సన్యాసాశ్రమమునున్నను మఱియేయాశ్రమముననున్నను భేదభావము గలుగదు. కనుక ముఖ్యముగా వృత్తిరహితముగావలెను గాని యాశ్రమములతో బని లేదు. దారేషణము మనుజులకంటెను బక్షుల కధికమని చెప్పియేయుంటిమి.

శ్లో॥ సత్యం మాతా, పితా జ్ఞానమ్, ధర్మో భ్రాతృ, దయా సఖీ,
శాంతి పత్నీ, క్షమా పుత్ర, షడైతే మమ బాంధవాః ॥

అను పాండవ గీతా ప్రమాణములను బట్టి

1. సర్వకాలసర్వావస్థలయందును గల్లపౌరయనీని సత్యమే తల్లి, తనయొక్క గాని మఱియెకరి యొక్క గాని, ప్రాణమానములను రక్షించుటకే చెప్పినయబద్ధమును సత్యమేయగును.
2. దృష్టికి గోచరమగు వస్తుజాతమంతయు నసత్యమనియు పరబ్రహ్మస్వరూప మొక్కటియే సత్యమనియు దెలియునట్టి జ్ఞానమే తండ్రి.
3. అన్యాయమునకుబోక, న్యాయముగా బ్రవర్తించుట యను ధర్మమే సోదరుడు.
4. సర్వభూతములయందును సమానముగ గనుపఱచుదయయే చెలి,
5. స్వభావసిద్ధముగా మనసునకు దొందరపాటు కలిగినను దానిని విషయములనుండి మఱలించి పరబ్రహ్మమందే నిలుపుటయను పరమోపశాంతియే భార్య.
6. కష్టనిష్ఠురములెన్ని గల్గిన నోర్చియుండుట యనుక్షమయే పుత్రుడు.

ఈ యాఱుగుణములు గలవాడే జీవన్ముక్తుడు. అట్టి పరమోపశాంతి కలిగినయెడ నగ్నిసాక్షిగా వివాహము చేసికొన్న భార్యవలని సుఖదుఃఖములు తనను బాధింపవు. కనుక భార్యను త్యజించి సన్యాసము తీసికొనుట వలన లాభము లేదు.

పరమోపశాంతి యనెడు భార్యతో గూడి క్రీడించుచు బ్రహ్మానందమనెడు తూగుటుయ్యాలపై దూగుచుండిననే ముక్తుడగును గాని, తొక్క, చర్మము, మాంసము, నెత్తురు, మేధస్సు, అస్థి, మజ్జయుననెడు సప్తధాతువులతోడను గూడి జననమరణాదుల కునికిపట్టును మలమూత్రముల కిరవునగు శరీరము గల భార్యతో గ్రీడించిన ముక్తి కలుగనేరదు. మూత్రద్వారమనెడు ముట్టు కొంపయందు

గ్రీడించుచు నందలి యల్పసుఖమున కాశపడక తైత్తిరీయోపనిషత్తునందు జెప్పబడిన చొప్పున "సేంద్రయోనిః" అను శ్రేష్ఠమయిన దియు, నెడతెగని సుఖమునిచ్చునదియు, బ్రహ్మస్వరూప ప్రాప్తికి, మార్గమైన యోనియందు రమించి యా సుఖమును బుద్ధిమంతులు తెలిసికొనవలెను.

3. ధనేషణము : ధనమందలి ఆశ. "మాతాపుత్రవిరోధాయ హిరణ్యాయ నమోనమః" అనునుట్లు ధనమువలన దల్లికిని బిడ్డకును విరోధము కలుగును. దుఃఖమును కలుగును. అట్లు దుఃఖము కలిగినను ధనమే సంపాదింపవలెనన్న–

శ్లో॥ అర్థానా మార్జనే దుఃఖ, మార్జితానాం చ రక్షణే,
ఆర్జితాంచ వ్యయే దుఃఖం, ధి గర్థం దుఃఖభాజనమ్ ॥

అనగా ధనమును సంపాదించుటయందొక దుఃఖము, సంపాదించిన ధనమును గాపాడుకొనుటయందొక దుఃఖము. కష్టపడి సంపాదించిన ధనమును ఖర్చు చేయుటయందొక దుఃఖము.

కావున నిట్టి దుఃఖహేతువగు ధనము మీద పామరులవలె జ్ఞానులు నాశనుంచక దాని రాకకు నానందింపక, పోకకు దుఃఖింపక, తామనుభవించుచు, సత్పాత్రులను గుర్తెఱిగి, దానములు చేయుచు, సర్వకాలసర్వావస్థలయందును దృష్టి కలిగియుందురు. కావున సద్గతికి జ్ఞానము కారణము గాని, ధనము కారణము కాదు. ధనము వలన బ్రాణహానియు మానహానియును గలుగును. కనుక దుఃఖములకు గారణమైన ధనముపై మక్కువయుంచక పరబ్రహ్మజ్ఞాన మనెడు మహాధనము నార్జించువాడే ముక్తుడు.

రాగ ద్వేషాదులు

రాగము, ద్వేషము, కామము, క్రోధము, లోభము, మోహము, మదము, మాత్సర్యము, ఈర్ష్య, అసూయ, దంభము, దర్పము, అహంకారమునని పదమూడు విధములు.

1. రాగము : అన్యస్త్రీ మీద కోరిక గలిగి యుండుట రాగమని చెప్పబడును.
2. ద్వేషము : తనకపకారము చేయువానికి తిరిగి అపకారము చేయవలెననెడి

బుద్ధియే ద్వేషమని చెప్పబడును.

3. కామము : అనగా కోరిక. స్త్రీలు, ధనము, ధాన్యము, యిల్లు, వాకిలి, తోట, దొడ్డి, చేను మొదలుగునవి విశేషముగ సంపాదించవలయుననియు కొడుకులు, కోడండ్రు, కుమార్తెలు, అల్లుళ్ళు మొదలుగా గలవారు కలుగవలయుననియు అందరిలోను తాను అధికముగా నుండవలయు ననియు మొదలుగాగల మితిలేని కోరికలు గలిగియుండుట కామము.

4. క్రోధము : తన మాట కెదురాడువానికి తాను చేయునట్టి పనులను ఆక్షేపించువానిని దండించవలె ననెడి బుద్ధియే క్రోధమని చెప్పబడును.

5. లోభము : తనకు దొరికినదానిని పరులకివ్వగూడదనెడి బుద్ధి. పూర్వజన్మయందు తాను చేసికొనిన సుకృతము కొద్ది తనకు లభించిన ద్రవ్యములో కొంచెమయినను ధర్మము చేయుట యందును పరుల కుపకారము చేయుటయందును అసూయత గల బుద్ధి. దీనినే లోభమని చెప్పుదురు.

6. మోహము : భార్యాబిడ్డలు, ధనము, ధాన్యము, యిల్లు మొదలగువాని యందు అమితమైన ప్రేమ గలిగి వారి రాకకు సంతోషించుచు, పోకకు దుఃఖించుచు యుక్తాయుక్తములను దెలియక ఆమోహము చేతనే నిండి నిబిడీకృతమై కప్పబడియుండుట.

7. మదము : సకల సంపదలు గలిగి గర్వము చేత తానేమి చేసినను చెల్లుననెడి బుద్ధి. దీనినే మదము అని చెప్పుదురు. కులమదము, బలమదము, ధన మదము, యౌవన మదము, రాజ్య మదము, రూపమదము, విద్యా మదము, తపోమదము అని యెనిమిది విధము గల మదములు.

8. మాత్సర్యము : ఇతరులు తనకంటె అధికముగా ఐశ్వర్యము బలపరాక్రమములు చక్కదనము ముఖవర్చస్సు విద్యావిశేషము ధనము సంపత్తులు గలవారై యుండెనేని అట్టివారిని జూచి ఓర్వలేక వారికి చెరుపు చేయవలెనని వారిని చంపవలెనని యుండెడి బుద్ధి. ఇదియే మాత్సర్యము.

9. ఈర్ష్య : పూర్వజన్మయందు తాను చేసికొనిన పాపముయొక్క ఫలముగా యీ జన్మమందు తాను కష్టములను అనుభవిస్తూ తనవలెనే యితరులను కష్టపడవలయుననెడి బుద్ధి. దీనినే ఈర్ష్యయని చెప్పుదురు.

10. అసూయ : పూర్వజన్మయందు తాను చేసికొనిన పుణ్యము యొక్క ఫలముగా యీ జన్మయందు తాను సుఖమును అనుభవిస్తూ తనవలెనే యితరులందఱు సుఖపడగూడదు. వారందఱు కష్టపడవలయుననెడి బుద్ధి. ఇదియె అసూయ అని చెప్పబడును.

11. దంభము : తనను అందఱు భూషించవలెను. అందఱు మెచ్చుకొనవలెను అనెడి బుద్ధియే దంభమనబడును.

12. దర్పము : అన్ని పనులు తన చేతనగును. అన్నిటియందు తాను శక్తిగలవాడను. యితరులచేతగాని యెట్టిపనినయినను తాను చేయగలను తనతో సమానుడు లేడు అనెడి బుద్ధి. దీనినే దర్పమని చెప్పుదురు.

13. అహంకారము : యితరులను బెదిరించుచు కేకలు వేయుచు మదగర్వము చేత కన్ను గానక సంచరించెడి బుద్ధియే అహంకారమనబడును.

గమనిక : ముముక్షువులు యీ దుర్గుణముల కెడమివ్వక గురువులను పెద్దలను సేవించుచు వేదాంత శాస్త్రములను చదువుచు పెద్దల వద్ద శ్రవణము చేయుచు వారి వలన రహస్యములను తెలిసికొనుచు నుండవలయును.

ఇట్లు సాధనచతుష్టయ సంపత్తిగలవాడై, తాపత్రయములకు నీషణత్రయము లకు రాగద్వేషాదులకు లోబడక, గురువును వెదుకవలెను. గురువును వెదకుచో జాగరూకులై వారియందలి గుణాగుణములను కడు మెలకువతోడ గనిపెట్టవలయును. కొందఱు కొందఱు కట్టడిగా యేర్పరచి వారు కోరినంత ద్రవ్యమును యివ్వనియెడల ఉపదేశము చేయమనియు వారికి తృప్తిగ ద్రవ్యమును యిచ్చినచో ఆయా గురుదక్షిణ యొక్క అల్పఆధిక్యతల ననుసరించి శిష్యునికి బోధించెదమనియు చెప్పుదురు. ఇదియే కలికాలపు గురుశిష్యన్యాయమని తలంచవలెను. అట్టి మహనీయుల చెంతజేరక బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దలను వెదుకవలెను. తనను దాను తెలిసికొనెడు విజ్ఞానము పశువులకు లేదు; కనుక వానికి ముక్తి లేదు. మనుజునకు జీవితకాలము బహుస్వల్పము. అందు సగము

కాలము నిద్రకింద హరించును. కడమ సగము నుదరపోషణార్థమై యుండును. తేపుతేపని జరిపినచో వ్యర్థమగును. గనుక ప్రతి నిముషమును సద్వినియోగము చేయవలయును.

శ్లో॥ ఆశయా బద్ధతేలోకే కర్మణా బహుచింతయేత్

ఆయుక్షీణం నజానాతి తస్మాజ్జాగ్రత జాగ్రతః ॥

కోరిక తోడనే ప్రపంచమున్నది. దినదినమునకు ఆయువు క్షీణిస్తున్నది. ఆ కారణమువలన ఆలస్యము చేయక జాగ్రత్తపడవలెను. పెద్దల చెంతజేరి యపరోక్ష జ్ఞానమును దెలిసికొని ముక్తినొందవలయును.

అనేక జన్మార్జితపుణ్య విశేషము వలన గర్మయోగ మవసరము లేకయే జ్ఞానము కలుగును. అట్లు కల్గనివారు కర్మములు చేయవలయును.

కర్మ మూడు విధములు :

1. తమో గుణ సంబంధమగు కర్మ = చేయదగును, తగదు అను విచారణ లేకయే పుణ్యపాపకర్మలను జేయుటయే తమోగుణ సంబంధమగు కర్మయని చెప్పబడును.
2. రజోగుణ సంబంధమగు కర్మ = పుణ్యకర్మలనే వాని ఫలములను గోరుచు ననుసరించుటయే రజోగుణ సంబంధమగు కర్మయని చెప్పబడును.
3. సత్వగుణ సంబంధమగు కర్మ = కర్మ ఫలమును గోరక పుణ్యకర్మలను సంబంధ జేయుట. ఇదియే నిష్కామ్యకర్మము. నిష్కామ్యకర్మ వలన సులభముగ ముక్తి కలుగనేరదు.

ధ్యానము, తపస్సు, ప్రాణాయామము, నిష్కామ్యకర్మము – వీని వలన జ్ఞానము గలుగును. జ్ఞానము వలన ముక్తి గలుగును. సూర్యోదయము కాగానే చీకటి పోవునట్లు జ్ఞానోదయము కాగానే యజ్ఞానాంధకారము నశించును.

శ్లో॥ అపి చే దసి పాపేభ్య స్సర్వేభ్యః పాపకృత్తమః

సర్వం జ్ఞానప్లవే నైవ వృజినం సన్తరిష్యసి ॥

– భగవద్గీత – 4 అ. 36 శ్లో

పాపము చేసినవారందఱిలోనను ఘోరపాపివై, పావ కూపారమున గూలియున్నను జ్ఞానమనెడు తెప్పకొయ్యను సంపాదించితివేని దానిని దాటగలవని తాత్పర్యము.

కాన నెట్టి మహాపాపములైనను జ్ఞానాగ్ని చేత దహింపబడును. నిష్కామ్య కర్మ వలన ముక్తి లేకపోయినను మనసునందలి కోరికలనెడు మాలిన్యము రహితమగును.

బ్రాహ్మణులు

సత్వగుణము, రజోగుణము, తమోగుణమునను నీతిగుణముల యొక్కయు అల్పత్వాధికత్వముల చేత జాతి భేదమేర్పడెను గాని అన్యము కాదు.

శ్లో॥ బ్రాహ్మణక్షత్రియవిశాం శూద్రాణాంచ పరంతప

కర్మాణిప్రవిభక్తాని స్వభావ ప్రభవైర్గుణైః ॥

– భగవద్గీత – 18 అ. 41 శ్లో

అను వాక్యము చేత శ్రీ కృష్ణ భగవానులు బ్రహ్మ క్షత్రియ వైశ్య శూద్రుల వ్యాపారములు స్వభావసిద్ధములైన గుణములచేతనే విభజింపబడెనని యుపదేశించి యున్నారు. దాని వలన శుద్ధసాత్వికమే బ్రాహ్మణ్యమని తేలుచున్నది. అహంకారము కెడమియక, రాజసమును పొందక, మలిన సాత్విక గుణమును జెందక శుద్ధసాత్వికమునే ప్రధానముగా గ్రహించి సత్వగుణ సంపన్నులై కోపము లేకయుండువారే బ్రాహ్మణులని చెప్పబడుదురు.

''యః కశ్చి దాత్మాన, మద్వితీయం, జాతిగుణ క్రియాహీనం, షడూర్మిషడ్భావేత్యాది సర్వదోషరహితం, సత్యజ్ఞానానందానంత స్వరూపం, స్వయం, నిర్వికల్ప మశేషకల్పాధార, మశేష భూతాంతర్యామిత్వేన వర్తమాన, మంతర్బహి శ్చాకాశవ దనుస్యూత, మఖండానంద స్వభావ, మప్రమేయ, మనుభవైకవేద్య, మపరోక్షతయా భాసమానం, కరతలామలక వత్సాక్షా దపరోక్షీకృత్య కృతార్థతయా కామరాగాది దోష రహిత, శ్శమాదిసంపన్నో, భావమాత్సర్యతృష్ణా మోహాదిరహితో, దంభాహంకారాదిభి రసం స్పృష్టశాచేతా,

వతన్తే; ఏవముక్త లక్షణోయస్స ఏవ, బ్రాహ్మణః" – వజ్రసూచికోపనిషత్

బ్రాహ్మణుడనిన నెట్టివాడనిన – జాతి సత్వరజస్తమో గుణములు క్రియలు లేనివాడును, ఆకలిదప్పి శోకము మోహము ముది మరణముననెడు షడూర్ములు లేనివాడును, 'అస్తే జాయతే వర్ధతే పరిణమతే అపక్షీయతే వినశ్యతే' యనగా (పిండ రూపమున) నుండుట పుట్టుట పెరుగుట మాఱుట చిక్కుట నశించుట యను నాఱుభావ వికారములును లేనివాడును, సత్యజ్ఞానానందములే స్వరూపముగ గలవాడును, అంతము లేని వాడును, స్వప్రకాశము గలవాడును, మార్పు లేనివాడును, సమస్త కల్పములకు నాధారభూతుడును, వ్యష్టి చేత సమస్త భూతములకు నాత్మ స్వరూపమున లోపల సంచరించుచుండువాడును, సమష్టిమీద సమస్తమందు నాకాశము వలె లోపలను వెలుపల నేకరీతిగా నెడము గన్పడునీయక క్రమ్మియుండువాడను, కొఱవడని లేక మొక్కవోని బ్రహ్మానందమే స్వరూపముగా గలవాడును. మితి వెట్టుటకు నలవికాని వాడును, అనుభవము చేతనే తప్ప నింకొక విధమున దెలిసికొన వీలు లేనివాడును, పరోక్షము గాకుండ బ్రత్యక్షముగా బ్రకాశించువాడును, అగు పరబ్రహ్మమును స్పష్టముగ బ్రత్యక్షము చేసికొని ధన్యత్వమును బొందుటచేతను కామము మొదలగు దోషములు లేక శమము దమము ఉపరతి తితీక్ష శ్రద్ధ సమాధానములనెడు షడ్గుణములతో నొప్పుచు భావము ఆశ మాత్సర్యము తృష్ణ మోహము మొదలుగా గల దొషములు లేక దంభము అహంకారము మొదలగు దుర్గుణములను చిత్తమునంటనీక సంకల్ప రహితుడై, యద్వితీయుడైయుండు నాతడే బ్రాహ్మణుండు.

"జన్మనా జాయతే శూద్రః కర్మణా జాయతే ద్విజః
వేదపాఠంతు విప్రానాం బ్రహ్మజ్ఞానంతు బ్రాహ్మణః ॥

పరబ్రహ్మజ్ఞానమును దెలిసినవారే బ్రాహ్మణులు.

"అధ్యాపనం చాధ్యయనం యజనం యాజనం తథా
దానం ప్రతిగ్రహంచైవ బ్రాహ్మణా నామకల్పయత్ ॥"

చదివించుట, చదువుట, యజ్ఞము చేయుట, యజ్ఞము చేయించుట, దానమిచ్చుట, దానము పుచ్చుకొనుటలను షట్కర్మాధికారులు బ్రాహ్మణులు.

అట్టి వారి యొక్క షట్కర్మలు.

1. చదువుట : సర్వకాల సర్వావస్థలయందు పరబ్రహ్మస్వరూపమందే మనసును మగ్నత చేసి విషయములకు పోనీక నిలుపుట.

2. చదివించుట : తీవ్ర మోక్షేచ్ఛ గల శిష్యునకు విశదముగ జెప్పి అనుభవమును గలుగజేయుట.

3. యజ్ఞము చేయుట :

"తస్యైవం విదుషో యజ్ఞస్యాత్మా యజమానః శ్రద్ధా పత్నీ శరీర మిధ్మ మురోవేదిర్లోమానిబర్హి ర్వేదశ్శిఖా హృదయం యూపః కామాజ్యం మన్యుఃపశు స్తపోగ్నిః శమయితా దక్షిణా వాగ్ఘోతా ప్రాణఉద్గాతా చక్షురధ్వర్యుర్మనో బ్రహ్మ శ్రోత్రమగ్నీ న్యావద్ధ్రియతే సాదీక్షా."

– తైత్తిరీయోపనిషత్

యజ్ఞమునకు కర్త ఆత్మ.

దేవుడు కలడనెడు బుద్ధియే భార్య

శరీరమే సమిత్తు.

వక్షస్థలము యజ్ఞవేదిక

వెండ్రుకలు అనగా వృత్తులు దర్భ.

శిఖ–స్వప్రకాశముగా వెలిగెడు తెలివియే వేదము.

హృదయము = ఏ తెలివివల్లనైతే సమస్తమును చూస్తున్నామో వినుచున్నామో తెలిసికొనుచున్నామో అట్టి తెలివియుండెడి స్థానము. ఇదియే పశువునకు కట్టు కొయ్య.

సంకల్పము నెయ్యి

అహంకారము పశువు.

తపస్సు – మనసును విషయములకుబోనీక నిలిపియుంచుట. ఇదియే అగ్ని.

శాంతి కలుగుట – అంతరబాహ్యములందు సర్వత్ర పరబ్రహ్మస్వరూపము కంటె అన్యమేమియు లేదనియు తానును పరబ్రహ్మస్వరూపమనియు తెలిసికొనుట

– ఇదియే యజ్ఞ దక్షిణ.

వాక్కు ఋత్విక్కు

ప్రాణము ఉద్గాత

నేత్రము అధ్వర్యుడు

మనస్సు బ్రహ్మ

శ్రోత్ర మగ్నులు

యజ్ఞదీక్ష – మనసును విషయములకు బోనీయక సంకల్ప వికల్పములు కలుగనీయక సర్వకాల సర్వావస్థలయందును ఆ పరబ్రహ్మ స్వరూపమందే మగ్నతజేసియుంచుట.

4. యజ్ఞమును చేయించుట : తీవ్రమోక్షేచ్ఛ గల శిష్యునకు దెలియజెప్పి తాను దగ్గఱవుండి ఈ ఆత్మయజ్ఞమును జేయించి శిష్యుని సమాధానపఱచుట.

5. దానమిచ్చుట : ఒకనికి విద్యను జెప్పుట.

6. దానమును తీసికొనుట : శిష్యులవద్దనుండి ఎఱుక యనెడు అజ్ఞానమును తీసికొని వారిని పరబ్రహ్మస్వరూపజ్ఞాన సంపత్తి కలవారినిగా జేయుట.

ఇట్లు షట్కర్మాధికారులే బ్రాహ్మణులని చెప్పవలయును. ఈ జాతి భేదము స్థూలశరీరమునకే గాని శరీరత్రయవిలక్షుడగు నాత్మస్వరూపమైన తనకు లేదని యెఱుంగునది.

"నశిఖాం నవపనం కృత్వా బహిస్సూత్రం త్యజే ద్బుధః
బ్రహ్మసూత్ర మిదం జ్ఞేయం సూత్రం నామ పరంపదం
తత్సూత్రం ధారయే ద్యోగీ సవిప్రో వేదపారగః॥"

– బ్రహ్మోపనిషత్

పెద్దలు శిఖాధారణము ముండనము ముఖ్యములని తలంచక వెలుపలి యజ్ఞోపవీత ధారణము వ్యర్థమనియు బ్రహ్మసూత్రధారణమే ముఖ్యమనియు తలంచెదరు. అట్లు బ్రహ్మసూత్రమును ధరించినవాడే బ్రాహ్మణుడు. అట్టివారినే బ్రాహ్మణులనియు వేదములను తుదముట్ట జదివినవారనియు చెప్పవలయును.

ఈ కాలమందు కొంతమంది శాలువలు వేసుకొని సాంగాధ్యాయనపరులమని తలంచెదరు. అర్థజ్ఞానము లేక చిలుకలవలె నేర్చుకొని చిలుకపలుకులవలె పలుకుట ప్రయోజనమేమియు లేదని వారికి తెలియదు కాబోలు. అట్టివారు స్వాభిమానమును మానియింతటనయిన ఆ వాక్యముల యొక్క యర్థమును పెద్దల వలన తెలిసికొనుట యుక్తము.

జీవుడు బ్రాహ్మణుడు కాడు, శరీరము బ్రాహ్మణుడు కాడు. జ్ఞానము బ్రాహ్మణుడు కాడు. లేడి వలన బుట్టినను ఋష్యశృంగమహాముని తన బ్రహ్మ జ్ఞానము చేత బ్రాహ్మణుడనిపించుకొనెను; కుశ (=ధర్భ) వలన బుట్టిన కౌశికుడు, నక్క వలన బుట్టిన జంబుకమహాఋషి, పుట్టవలన పుట్టిన వాల్మీకి, కుంభము నుంచి పుట్టిన అగస్త్య మహాముని, యింద్రుని సభలోనుండు దేవతానాట్య స్త్రీ యగు ఊర్వశికి వసిష్ఠ మహాముని, బెస్తవాని కూతురికి పుట్టిన వ్యాసులు – పుట్టిన వీరందఱు వారి వారి బ్రహ్మజ్ఞానము చేత బ్రాహ్మణులనియు బ్రహ్మజ్ఞులనియు చెప్పబడిరి. కావున ఆత్మావలోకన చేయునట్టివాడే బ్రాహ్మణుండు అని చెప్పనగును.

"య దక్షరం పరంబ్రహ్మతత్సూత్ర మితి ధారయేత్"

– బ్రహ్మోపనిషత్

అక్షరమగు పరబ్రహ్మ మెద్దియో యదియే యజ్ఞోపవీతమని ధరించవలెను.

"తత్సూత్రం విదితం యేన స విప్రో వేదపారగః" – బ్రహ్మోపనిషత్

యజ్ఞోపవీత మగు నాసూత్రమును అపరోక్ష సాక్షాత్కార స్వానుభవము చేత నెవడు స్పష్టముగా దెలిసికొనునో యాబ్రాహ్మణుడే వేదములను దుదముట్ట జదివినవాడగును. అట్టివారినే బ్రాహ్మణులని చెప్పవలయును.

యజ్ఞోపవీతము మూడు సూత్రములు బ్రహ్మముడియు గలది యజ్ఞోపవీతము. ఒక్క సూత్రమునకు మూడు అంతరసూత్రములును, ఒక్క యంతర సూత్రమునకు మూడు పోగులునుండును. కావున యజ్ఞోపవీతమునకు 27 పోగులగును.

ఓం = అ+ఉ+మ్. ఇవి మూడును బెద్దపోగులు లేక సూత్రములు;

భూః, భువః, సువః – ఇవి మూడును అంతరసూత్రములు;

తత్సవితుర్వరేణ్యం...... భర్గో దేవస్య ధీమహి...... ధియోయోనః ప్రచోదయాత్ ..... ఇవి మూడును మూడు పాదములయి ప్రతియంతర సూత్రమునకు బోగులుగ నేర్పడును; వీటి సంపుటీకరణమే బ్రహ్మముడి. అదియే గుణసామ్యావస్థ.

యజ్ఞోపవీతమందలి మూడు పోగులు ఇడ పింగళ సుషుమ్నలనియు బ్రహ్మముడియే త్రికూటస్థానమనియు త్రికూటస్థానమును వదిలి సహస్రార మందుండుటయే సన్యాసమనియు తెలిసికొనుడు.

నక్షత్రములు 27 చంద్రుని భార్యలు అని ప్రతీతి. ఈ 27ను యజ్ఞోపవీతమునకు 27 పోగులనియు, బ్రహ్మముడియే చంద్రుడనియు, ఈ చంద్రునివలననే కామము వృద్ధియనియు, కామములేని యెడ మనస్సు వృత్తి రహితమనియు, అదియే సన్యాసమనియు తలంచవలెను.

రామాయణము 7 కాండలును 24000 శ్లోకములును గలది. ఒక్కొక్క వేయిని మొదటి శ్లోకము ఒక్కొక గాయత్రి మంత్రాక్షరముతో ఆరంభింపబడి యుండుటను బట్టి రామాయణము గాయత్రి రూపమని చెప్పుదురు.

ఇట్టి యజ్ఞోపవీతమును దృజించుటయే సన్యాసము. అట్టి సన్యాసికి గుణములు లేవు, సంకల్పమును లేదు. తలను బోడి చేయించుకున్నంత మాత్రముననే సన్యాసము కానేరదు. సంకల్పరాహిత్యము కావలెను. కోరిక పుట్టకయుండవలెను. కామక్రోధలోభమోహమద మాత్సర్యములు లేక యుండవలెను. శమము దమము ఉపరతి తితీక్ష శ్రద్ధ సమాధానమునను షడ్గుణముల సంపత్తి కలిగియుండవలెను. అట్టివాడేయాశ్రమమునందున్నను నేజాతియందున్నను బ్రాహ్మణుడనియే చెప్పవలయును, నిష్కామకర్మయే చేయు చుండవలయును.

“ఉత్తిష్ఠత జాగ్రత ప్రాప్య వరాన్ని బోధత క్షురస్య ధారానిశితా దురత్యయా దుర్గం పథ స్తత్కవయో వదన్తి” – కఠోపనిషత్

బ్రహ్మవిద్యా ప్రాప్తికి మార్గము బహుకష్టమని పెద్దలు చెప్పుదురు. కనుకనో

జీవుడా యజ్ఞానాంధకార మనెడు నిద్రనుండి లేచి జాగ్రత గలవాడవై యపరోక్ష సాక్షాత్కార స్వానుభవము చేత నిత్యతృప్తులై బ్రహ్మానందమనెడు సముద్రమునందు మునిగియుండు పెద్దలయొద్దకి బోయి, యాత్మతత్వమును దెలిసికొనుము. సాన బెట్టినమంగలకత్తి యెంతయుబదును గలిగి యుండుట చేత నెట్లు తాకుటకు శక్యము గాక యుండునో యట్లే పరబ్రహ్మజ్ఞానమును దుర్గమముగా నుండును. అట్టి కత్తి పోటు తగిలినయవయవము తెగునట్టులే పరబ్రహ్మజ్ఞానోదయము కలిగినవానియహంకారమును దెగి నశించును. అహంకారముతోడనే యహం భావమును నశించును. అనగా నపరోక్షసాక్షాత్కారము స్వయముగ ననుభవమున గుదరగనె యాపరబ్రహ్మాందైక్యము కలుగునని భావము.

భూత అద్ధము యెండలో బెట్టి క్రింద గుడ్డపెట్టిన సూర్యకిరణముల యొక్క సంపుటీకరణమే గుడ్డను గాల్చుట చూచుచున్నాము గదా! సూర్యకిరణములెట్లు పలుదెసలకు వ్యాపించుచుండునో యట్టులే మనస్సు ననేకవృత్తులకు బాఱుచుండును. దానిని వృత్తిరహితము చేసిన గలుగునట్టి జ్ఞానాగ్ని వలన సంచితమగు నజ్ఞానము కాలిపోవును. పూర్వులకందఱకు జ్ఞానచక్షుస్సు కలిగి యుండుట చేత భూతఅద్దము మొదలుగాగల వస్తువులు లేకపోయినను వారి జ్ఞాననేత్రము చేత నక్షత్రములను జూడగలిగివుండిరి. అన్యదేశ సమాచారములు తెలిసికొనిరి. ఇదియే జ్ఞాననేత్రము. ఇదియే త్రినేత్రము ఇట్టి నేత్రము కలిగియుండుట చేతనే శివుడు త్రినేత్రుడని చెప్పబడెను.

Hence concentration of Mind is absolutely necessary.

మంచినీరు త్రాగనిది దాహము తీఱనియట్లు అపరోక్షసాత్కారము స్వానుభవమువలన గలుగనిదే జన్మరాహిత్యము కలుగనేరదు. తేనెటీగలు పుష్పమునందలి యమృతమును త్రాగకమునుపు విశేష ధ్వనిని జేయును. అట్లే మనుజులును బ్రహ్మానందవాసన తెలియనంతవఱకు మనస్సు వృత్తులకు బాఱుచుండును. బ్రహ్మానందవాసన తెలియనంతవఱకు మనస్సు వృత్తులకు బాఱుచుండును. బ్రహ్మానందసారమొక్కించుక సోకి యనుభవము గలిగెనేని తోడ్తోడన మనస్సు సంకల్పరహితమై వృత్తులు నశించి బ్రహ్మానందాబ్ధియం దోలలాడుచుండును. అనుభవమువలననే తెలియును. గాలము లేకుండా చేపలు

పట్టుపడవు; ఉరులు వేయకుండా పక్షులు చిక్కవు; ఓదము లేకుండా మావటివాని చేత యేనుగులు కట్టుపడవు; బాణములు లేకుండా క్రూర మృగములగు సింహ్వములు పెద్దపులులు అడవిపందులు మొదలుగాగల మృగములు పట్టుపడవు; అటులనే రాజయోగానుసంధానము లేకుండా ఊహలచేతను వినికిడి మాటలచేతను వేదాంతవిచారణ చేయుచు ఉపన్యాసములిచ్చుచు వాదించుచు నుండువారికి శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియములు వాక్పాణి పాదపాయూవస్థలనెడు కర్మేంద్రియములు ఆ యింద్రియములకు రాజు అయిన మనస్సు వశీకృతము కానేరవు. అట్టివారు వారి మనస్సును నిలుపజాలక బేలుపోయి విషయ భోగములలో దగులుకొని అపరోక్షసాక్షాత్కార జ్ఞానము లేక విచ్చలవిడిగ దిరుగుచుందురు.

శ్లో॥ ఋణం యాచ్నాచ వృద్ధత్వం జార చోర దరిద్రతా
రోగశ్చ భుక్తశేషశ్చా ప్యష్టకష్ట ప్రకీర్తితాః ॥

అనెడి న్యాయము చొప్పున అష్టకష్టములపాలై

క॥ దయయు జుగుప్సయు మోహము
భయమును సంశయము గులము బలశీలముల
న్నియు గూడ నష్టపాశము
లయి వెలయును వాని నాత్ముడంటక యుండున్ ॥ – శుక చరిత్ర

యీ ప్రకారము అష్టపాశముల దగులుకొని దరిగానలేక పరితపించెదరు. మఱికొందఱు

శ్లో॥ ఉత్తమాతత్వ చింతాచ
మధ్యమం శాస్త్ర చింతనం
అధమా మంత్ర చింతాచ
తీర్థభ్రాం త్యథమాధమః ॥

అను న్యాయమును గుర్తెఱుగక తీర్థయాత్రలు సేవించెదమనియు అందువలన ముక్తి కలదనియు దలంచెదరు. శాస్త్రము చదువుటవలనను మంత్రానుష్ఠానము వలనను తీర్థయాత్రల వలనను ముక్తి లేదని నొక్కి వక్కాణింపగలము. అపరోక్ష సాక్షాత్కారస్వానుభవము గల పెద్దల చెంత జేరి

వారికి చతుర్విధ శుశ్రూషలు సేయుచు వారి యొక్క నిరహేతుక జాయమాన కటాక్షమువలననే రహస్యముల దెలిసికొని మున్ముందుగా జీవన్ముక్తిని పొంది ఆ పిమ్మట పరిపూర్ణావలోకనచే విదేహ ముక్తిని పొందవలయును. యిది తప్ప వేరు మార్గము కానము. కావున తగిన గురువును వెదకి వారికి చతుర్విధ శుశ్రూషలు చేయవలయును.

చతుర్విధ శుశ్రూషలు

స్థానశుశ్రూష అంగశుశ్రూష భావశుశ్రూష ఆత్మ శుశ్రూషయని నాలుగు విధములు.

అందు : –

1. స్థాన శుశ్రూష – గురువు జపతపధ్యనుష్ఠానములు చేసికొనునట్టియు, ఆసన శయనాదుల నడుపునట్టియు బ్రదేశములను మలినము లేకుండ నూడ్చియు నలికియు బాగుసేయుట. గురుని యొక్క యిల్లు వాకిలి భూములు పైరులు పంటలు పశువులు ధనము ధాన్యము సామానులు మొదలుగునవి కాపాడుతూ వారికి యేవిధమయిన నష్టము కలుగకుండునటుల సర్వజాగ్రతతో నుండుట. జాతి వంశ ప్రతిష్ఠల యందలి యభిమానమును దేహాభిమానమును విడుచుటయే స్థాన శుశ్రూషయని భావము.
2. అంగ శుశ్రూష : గురువు యొక్క శరీరమునకు మలినము లేకుండ తోముట కాళ్ళులు పిసుకుట మొదలగు నుపచారములు చేయుట. కామ క్రోధ, లోభ మోహ మద మాత్సర్యములనెడు అంతశ్శత్రువులను పంచ మలములను లేక నుండుటయే అంగశుశ్రూష యని భావము.

(1) ఆణవమలము = పరబ్రహ్మమును తెలిసికొనవలెనను జ్ఞానము అప్పుడప్పుడు కలుగగా దానిని మఱుగుపఱచునది ఆణవమలము.

(2) కార్మిక మలము = పెద్దల వలన రహస్యములను దెలిసికొనునపుడు దానియందు బుద్ధిని పోనీయనిది.

(3) మాయికమలము = దట్టమయిన అజ్ఞానము. పరబ్రహ్మమును తెలిసికొనవలెనను జ్ఞానవాసనను యెప్పుడును కలుగనీయనిది మాయికమలము.

(4) మాయేయమలము = మాయసంబంధములగు పాపకృత్యములను చేయించునది.

(5) తిరోధానమలము = "జగత్సత్యం బ్రహ్మమిథ్య" యనునట్లు సర్వవృత్తి రహితంబును త్రిగుణాతీతంబును పంచకోశరహితంబును అవాఙ్మానస గోచరంబును అగు పరబ్రహ్మయందు అనిత్యబుద్ధి పుట్టించి అజ్ఞానమును గలుగజేసి పరబ్రహ్మమునకంటె వేఱుగ పూజలు దేవతలు మంత్రములు క్రియలు మతములు సాధనములు కలవు అనియు అవి సత్యములు అనెడు బుద్ధిని కలుగజేసి, జననమరణాది దుఃఖముల యనునభవమునకు కారణమైనదియే తిరోధానమలము.

3. భావ శుశ్రూష : గురువు కోరినదానినెల్ల దెచ్చియిచ్చుచు, గురునికి గోరిక లేకుండ జేయుట. గురుడే రక్షకుడనియు, గురుడే దైవమనియు, గురుడే తల్లియనియు, గురుడే తండ్రియనియు, గురుడే ధనము విద్య ప్రియుడు స్నేహితుడు బంధువు దాత మామ తాత అన్న, సమస్తము గురుడేయని తలంచుట భావశుశ్రూష.

మనసు జడమనియు దానుమనసుకంటె భిన్నుడనియు, శరీరము నశించునది గనుక దానను శరీరము కంటె భిన్నుడనియు దాను పంచకోశములకు విలక్షణుడనియు, జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు నంతరింద్రియములునెడు చతుర్దశేంద్రియము లకును దానువిలక్షణుడై సాక్షిగనుండునినియు తలంచుటయే భావ శుశ్రూషయని భావము.

4. ఆత్మ శుశ్రూష : గురువు కోరనిదే యాయన యభిప్రాయమును దెలిసికొని, యిష్టములను నెఱపి, కష్టములను దొలగించి తృప్తిపఱచుట. వారి కిష్టములగు వస్తువుల నెల్లకోరకమునుపే సంతుష్టిగ దెచ్చి యిచ్చుట ఆత్మ శుశ్రూషయని చెప్పబడును. భావశుశ్రూషయందు దాను

సాక్షిననియు విలక్షుణడనియు దెలిసికొనును. ఆత్మ శుశ్రూషయందు దాను సాక్షియనుకొనుటయు వృత్తియే గనుక దాను సాక్షి గాననియు అఖండ పరిపూర్ణ సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు గ్రహించి తానుతానైయుండుటయని భావము (ఇది యనుభవైక వేద్యము).

ప్రాణ మాన ధనములు గురునకు సమర్పించవలయును. గురువునం దచంచల భక్తి గలిగి మెలగవలయును. యీ వాక్యములను జెప్పుచు మానమును గురువునకు సమర్పించని యెడల సచ్ఛిష్యురాలు గాదనియు చెప్పుచు కొందరు గురువులు తమ శిష్యులగు స్త్రీల యొక్క సౌందర్యమును మోహించి బలవంతముగా ఆ శిష్యురాలిని సమ్మతిపఱచి విషయసుఖములందేలుదురు. ఇట్టి మహనీయులు పంచమహాపాతకులకంటెను అధములని నొక్కి వక్కాణింపగలము. ఈ కారణముననే స్త్రీలకు భర్తయే దైవము, భర్తయే గురుడు, అని చెప్పబడును. కావున దుర్మార్గులును వేషధారులును అగు గురువుల చెంత జేరక సద్గురువల చెంత జేరి వారి యనుగ్రహమును పొందవలయను.

స్త్రీలు అబలలు గనుక గురువుల వలన వేదాంతవాక్యములను వినునపుడు భర్త దగ్గఱ యుండియే వినవలయును. భర్త యింటలేని సమయము లందు శ్రవణము చేయగిట్టదు. స్త్రీలు స్వతంత్రులు గారు గనుక వారికి ఏకాంత ప్రశంస లేదు. స్త్రీలకు పాతివ్రత్యమే భూషణము. ఏయాడుది పెనిమిటిని దైవముగా భావించి పూజించునో యది స్వర్గమునందును దేవతల చేత పూజింపబడును. మహాపతివ్రతలు భూలోకంబునను బూజింపబడుదురు. పాతివ్రత్యము వలన యిహలోకమందును బరలోకమందును సన్మానింప బడుటయే కాని ముక్తి లేదు. బ్రహ్మజ్ఞాన సంపన్నులగు స్త్రీలు అనేకమంది లేకపోయినను అక్కడక్కడ బ్రహ్మవిద్యాదురంధరులు కలరు. వారి వారి అనేక జన్మార్జితపుణ్య పరిపాకము వలన పరబ్రహ్మజ్ఞానము అతి సులభముగ తెలియగలదు. కావున బ్రహ్మవిద్యాదురంధురులును అశరీరులును, అన్నమయ ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయములనెడు పంచకోశముల కతీతులను, హిరణ్మయ కోశ రహితులును, స్థూల సూక్ష్మ కారణ మహాకరాణ

శరీర రహితులును, పరిపూర్ణులును, అగు స్త్రీలు యేజాతియందున్నను యే వృత్తియందున్నను, బాలులైనను వృద్ధులైనను పూజనీయులని తెలియునది.

అనేక జన్మార్జిత పుణ్య పరిపాకమువలన జ్ఞానోదయమై యేల యీ లీల నసత్యమగు ప్రపంచమందలి విషయములలో జిక్కి దరి గానలేక పరితపించు చుంటిని. సారములేని యీ సంసార సాగరమెట్లు దాటగలను. అల్ప సుఖమున కాశపడి ధనమంతయు జారస్త్రీలకు గొల్లబెట్టితిని. పెద్దలకొక రూకయయిన నివ్వనైతిని. ఒకప్పుడును పెద్దల సేవ చేయనైతిని. హా! దైవమా! అసత్యమంగు నీ విషయ సుఖమే సత్యమని నమ్మి మోసపోతిని గదా! అని విలపించుచు.

“బాలత్వంబున గొన్ని నాళ్ళు పిదపన్ భామా కుచాలింగనా
లోలాభ్యున్నతి గొన్నినాళ్లు ముదిమిన్ లోగింటిలో గొన్నినా
ళ్లీలీలం విహరించితిన్ సుఖఫలం బిందేమియున్ లేదికం
జాలు న్నీపదభక్తి జేసెదను రామా యార్త రక్షామణీ”.

అని భగవధ్యానము చేయుచు నిర్గుణసాక్షాత్కార పరబ్రహ్మ స్వరూపమందలి బ్రహ్మానందము ననుభవించు పెద్దలెక్కడ దొరుకుదురు. వారి సేవ నాకెట్లు లభించుననది భగవదర్పితముగా బుణ్యకర్మములు చేయుచు బెద్దలను వెదకుచుండవలయును.

సీ॥ కంజాక్షునకుగాని కాయంబు కాయమేపవనకుంభిత చర్మభస్త్రి కాక,
వైకుంఠుబొగడని వక్త్రంబు వక్త్ర మేధమధమధ్వనితోడి ఢక్క గాక
హరిపూజనము లేని హస్తంబు హస్తమే తరుశాఖ నిర్మిత దర్వికాక
కమలేశు జూడని కన్నులు కన్నులే తనుకుడ్యజాలరంధ్రములు గాక

తే॥ గీ॥ చక్రి చింతలేని జన్మంబు జన్మమే। తరళసలిల బుద్బుదంబు గాక
విష్ణుభక్తి లేని విబుధుండు విబుధుడే। పాదయుగముతోడి పశువుగాక॥

– భాగవతము

విష్ణు సేవింపని దేహము గాలిపూరించిన తోలుతిత్తి యనవలయునే కాని దేహమని పేర్కొనుటకు దగినది కాదు. పరమేశ్వరుని స్తోత్రము చేయని

నోటనుండి వచ్చు శబ్దములు భేరి మ్రోతవలన బుట్టు శబ్దములయట్టివనదగునే కాని యర్థవంతములగు పదములనదగవు. భగవంతుని బూజింపని చేయి చెట్టుకొమ్మ నఱికి చేసిన తెడ్డననగుంగాని సార్థకమగు చేయి కాజాలదు. నారాయణుని దర్శింపని కన్నులు దేహమనియెడు గోడకు బొడిచిన కిటికీ బొక్కలే కాక నిజమైన కన్నులు కానేరవు. వాసుదేవుని ధ్యానింపని బుట్టుక కొంతకాలమాడియాడి మాయమగు నీటిబుగ్గవలెనే నిరర్థకమగును. పరతత్వము నందాసక్తి లేని పండితుడును రెండు కాళ్ళ పశువేయనదగు గాని నిశ్చయమైన పండితుడని చెప్పనొప్పదు.

బాహ్యభక్తి, అనన్యభక్తి, ఏకాంత భక్తి అని భక్తి మూడు విధములు. అందు.

1) బాహ్యభక్తి – రాగతాళ లయల కనుకూలముగ బాడుచు నాడుచు నానంద బాష్పంబులు వర్షింప భజన చేయుటయు ననుదినము రామకృష్ణ గోవింద నారాయణాది నామములు స్మరణ చేయుటయును దేవతా భక్తి గలవాడై శ్రీరాముల యొక్క గాని కృష్ణుని యొక్క గాని మఱియే దేవత యొక్క గాని పూజచేయుచుండుట. ఇది యనన్య భక్తికి సాధకంబు. బాహ్య భక్తియందు సకామకర్మము చేయబడును. బాహ్య భక్తి పరోక్షజ్ఞానమునకు గారణము.

2) అనన్య భక్తి – గ్రహించు తానును గ్రహింపబడు సమస్తమును శ్రీ హరిమయం బనిచింతింపుచు నన్యంబుగా నొక్కటియును దోచక సమస్తమును హరిభావంబుగా గనుట. ఇది యేకాంతభక్తికి సాధకంబు. అనన్య భక్తి యందు నిష్కామ కర్మము చేయబడును. అనన్య భక్తి అపరోక్ష జ్ఞానమునకు గారణము.

3) ఏకాంత భక్తి : సముద్రమందు తరంగములు కల్గిన చందనంబున బరబ్రహ్మమందు ప్రపంచము కలిగెను గాని యీ ప్రపంచము సత్యము కాదని తలంచి యేకాంతచిత్తంబున ధ్యానంబుచేయుట. సత్‌రూప మగు పరబ్రహ్మమును, చిత్‌రూపిణియగు మూల ప్రకృతియును

చంద్రచంద్రికలవలె యొక్కటై యను నిశ్చయ జ్ఞానమున కలిగెడి బ్రహ్మానందమును అనుభవించుటకు ఏకాంత భక్తి కారణము.

భక్తికి అంగములు : శ్రవణ, కీర్తన, స్మరణ, పాదసేవన, అర్చన, వందన, దాస్య, సఖ్య, ఆత్మ నివేదనములనెడు తొమ్మిది అంగములు గలదియగును.

ఇట్లు వేదాంత భక్తి గలవాడయి యే పాపకృత్యములను జేయక పుణ్యకర్మములనే చేయుచు గురువును వెతుకవలయును గాని యట్లు చేయక కొండ గుహలయందుండినను బంచాగ్ని మధ్యమందుండినను యరణ్యమందుండినను బర్వతశిఖరమందుండినను లేక గబ్బిలములవలె దలక్రిందుగా దపస్సు చేసినను గొంగవలె నేకాగ్రచిత్తముగ నుండినను జిలుకల వలె శాస్త్రములు తుదముట్ట జదివినను యేమియు లాభముండదు.

ఉ॥ అచ్చపు జీకటింబడి గృహవ్రతులై విషయప్రవిష్టులై
చచ్చుచు బుట్టుచు న్మఱల జర్వితర్వణులైనవారికిం
జెచ్చెరబుట్టనే పరులుసెప్పిననైన నిజేచ్ఛనైన నే
మిచ్చిననైన గానలకునేగిననైన హరిప్రబోధముల్ ॥

– భాగవతము

మాయాంధకారమ్మునంబడి గృహకృత్యముల కొఱకు బరితపించుచు, నదేపనిగ బెక్కు జన్మములెత్తుచు, సంసార చక్రమ్మునంబడి కొట్టుకొనుచుండు మూఢులకు బరతత్త్వమును గూర్చిన దివ్యజ్ఞానము స్వయముగ బుట్టదు సరికదా, యితరులు మేలుగోరి హితోపదేశము జేసినను లంచమిచ్చి బ్రతిమాలినను బలవంతమున బట్టి నట్టనడవికి నెట్టినను గలుగబోదని తాత్పర్యము.

కనుక దగిన సద్గురువు నొద్ద జేరి రహస్యములను దెలిసికొనవలయును.

"ఆహారనిద్రా భయ మైధునాని సామాన్యమేతత్పశుభిర్నరాణామ్
జ్ఞానీ నరాణా మధికో విశేషో జ్ఞానేనహీనః పశుభిస్సమాన ః ॥ – ఉత్తరగీత

ఆహారము నిద్ర భయము సంభోగము ననునవి పశువులకును మనుష్యులకుం గూడ సమానముగ నుండు గుణములు. పశువులకంటె మనునష్యునియందు జ్ఞానమొక్కటి యధికము. అట్టి జ్ఞానమే లేనిచో

మనుష్యుడును బశువుతో సమానుడేయగునని తాత్పర్యము.

ఇట్టి వానినే నరపశువని పేర్కొనియున్నారు. కనుక బశువులవలె జ్ఞానహీనలయి యుండక జ్ఞానమును సంపాదింపవలెను. సర్వకాలముల యందును భగవద్భక్తి కలిగి గురువులయందును బెద్దలయందును భక్తి గలిగి యుండునది. అట్టి భక్తి వలన శ్రద్ధ పుట్టును. శ్రద్ధ వలన సత్కర్మానుష్ఠానము గలుగును. సత్కర్మమువలన జ్ఞానము కుదురును. జ్ఞానము వలన ముక్తి చేకూరును.

"సత్సంగత్వే నిస్సంగత్వం నిస్సంగత్వే నిర్మోహత్వం
నిర్మోహత్వే నిశ్చలతత్వం నిశ్చలతత్వే జీవన్ముక్తిః"

జ్ఞానులతో సహవాసము చేయుట వలన వైరాగ్యము కుదురును. వైరాగ్యము వలన దారపుత్రాదులయందలి ప్రేమ పోవును. ప్రేమ పోవుట వలన జితేంద్రియత్వమును తత్వజ్ఞానమును స్థిరపడును. తత్త్వజ్ఞానము వలన జీవన్ముక్తి దొరుకునని తాత్పర్యము.

కాబట్టి సజ్జన సాంగత్యము చేయవలయును. అందువలన దుర్గుణములు పోయి మంచి గుణములు పట్టుపడును.

నిజమైన భక్తుని లక్షణములు :– (భగవద్గీత – 12 అ. 13 శ్లో మొదలుకొని చివఱవఱకును) – సర్వభూతదయాళుత్వము గలిగి మమకారాహంకారములను విడనాడి సుఖదుఃఖములయందు సమబుద్ధిని వహించి నిత్యసంతోషియై సంశయములను వదలి సంకల్పరహితుడయి పక్షపాతము లేక మిత్రశత్రువులను మానావమానములను సమముగా జూచుచూ నిత్యతృప్తి నొంది సర్వకాల సర్వావస్థలయందును గురుపాదములయందే మనసును నిలిపియుండువాడు నిజమైన భక్తుడని చెప్పవలయును అట్టి భక్తులయందు శాంతము, దాస్యము, సఖ్యము, వాత్సల్యము, మాధుర్యము అనెడి పంచవిధములగు భక్తి రసములు నొలుకుచుండును.

భక్తి రసములు :

1. శాంతము – శాంత గుణము కలిగియుండుట

2. దాస్యము – అభిమానము లేకయే, సేవకావృత్తి నవలంబించుట.

3. సఖ్యము – లేక స్నేహము, స్నేహితునివలె గురుని గౌరవముగా జూచుచు సత్కరించుట.

4. వాత్సల్యము – బిడ్డలయందు వలె గురునియందు ప్రేమయుంచుట.

5. మాధుర్యము – భక్తి శ్రద్ధలతోడ వినయవిధేయతల నగుపఱచుచు మృదువుగను మధురముగను భాషించుట.

మనోవాక్కాయకర్మంబులచే గురునిసేవ చేయవలయును. మనస్సును గురుపాదములయందేనిలిపి, సాష్టాంగ నమస్కారములు చేయవలయును. యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ,ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన, సమాధులనెడు నష్టాంగయోగములయందును సమర్థుడైయుండుటయే సాష్టాంగనమస్కారము. ఇట్లు సమర్థుడైయుండియు గురువునకు గ్రియారూపమైన సాష్టాంగనమస్కారము చేయవలయును.

క॥ కరయుగములు, చరణంబులు
నురము, లలాటస్థలంబు, నున్నత భుజముల్
సరి ధరణి మోపి మ్రొక్కిన
బరువడి సాష్టాంగ మండ్రు పరమమునీంద్రుల్

ఇట్లు చతుర్విధ శుశ్రూషలు త్రికరణ శుద్ధిగా జేసిన మీదట గురునకు నిర్హేతుకముగ గలుగు కటాక్షమువలన హస్తమస్తక సంయోగము చేసి, యపుడాతడు శిష్యునకు రహస్యము నుపదేశించును.

1. హస్తమస్తక సంయోగము – శిష్యుని నెత్తిమీద గురువు యొక్క హస్తమును (చేతిని) పెట్టుట. అప్పుడు శిష్యుడు తన తల మీద గురువు కొట్టునేమో యని భయపడుచుండును. ఆతని మనస్సు ఊర్ధ్వముఖవ్యాప్తియై యుండును. అదియ నిర్విషయంబు. అట్లు నిర్విషయమగుటకై మనస్సును ఊర్ధ్వ ముఖవ్యాప్తి చేయుమని చెప్పుటకు, హస్తమస్తక సంయోగమను నిబంధన యేర్పడియెను.

2. ఉపదేశము – మనస్సు అధోముఖముగా నుండునపుడు విషయములకు

బోవును. ఊర్ధ్వ ముఖముగా నుండెనేని విషయములకు బోక నిర్విషయమగును. బ్రహ్మానందమున మునిగి తేలుచుండును. అజ్ఞానులందఱకు మనస్సు అధోముఖవ్యాప్తియై విషయములకు బాఱుచుండును. అట్టి మనస్సును ఆస్థానము నుండి తప్పించి యూర్ధ్వ ముఖముగ నిలుపుటయే యుపదేశమనబడును. ఇదియే గురూపదేశము. ఈ విషయమును తెలిసికొనజాలక యేవో మంత్రములు నేర్పెదరని యజ్ఞులు తలంచెదరు. మంత్రములు నేర్పుట యుపదేశము కాదు. మనస్సు నూర్ధ్వముఖముగ నిలుపుటకు స్థాన నిరూపణ చేసి క్రమక్రమముగా నట్లు నిలుపుటకు మార్గమును దెలియజేయుటయే యుపదేశమగును. మనోపవనము లేకము చేసి అన్నమయ ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయము లనెడి పంచకోశములను విడిచి అచలపరిపూర్ణమై యున్న దహరాకాశమనెడు ప్రదేశమందే వర్తించుటకు మార్గమును చెప్పుట.

3. ఉపవాసము – అదివఱకు ననుభవించుచుండిన పదార్థములయనుభవమును బరిత్యజించుట. అనగా విషయసుఖములను బరిత్యజించుటయని భావము. అన్నమును దినకపోవుటయే యుపవాసము కానేరదు. శబ్దార్థము వలన – ఉప = సమీపమున; వాసము = నివసించుట, అనగా సుషుమ్నానాడికాగ్రమగు సహస్రారమందే మనసును నిలుపుటయని భావము. మనసునకు విషయములు స్థానమైయున్నది. అట్టి విషయములను దప్పించి యూర్ధ్వముఖవ్యాప్తి గలిగించి, దానిని సహస్రారమందుంచుటయే యుపవాసము. అనగా నధోముఖవ్యాప్తి యైన మనస్సును, దాని స్థానమునుండి తొలగించి యూర్ధ్వ ముఖ వ్యాప్తి గలిగించుటయే సమీపనివాసము. అదియే యుపవాసము. ఇందుచేతనే యన్నము మొదలుగాగల యాహార పదార్థములు తినుచున్నను మనస్సంకల్పము లేనివారగుట చేత సదోపవాసులని కొందఱు పెద్దలు పేర్కొనంబడిరి. అయాచితమే సదోపవాసము.

Concentration of mind is necessary.

శ్లో॥ నాభిస్థానే వసే దగ్నిః హృదిస్థానే దివాకరః

భ్రూమధ్యే వసతి శ్చంద్రః చంద్రాగ్రేచ వసే న్మనః ॥

నాభియందు జఠరాగ్నియుండును. హృదయమందు సూర్యుడుండును. భ్రూమధ్యమందు చంద్రుడుండును. ఆ చంద్రునికి పైగా మనస్సు నివశించి యుండును. కావుననే మనసునకు చంద్రుడు అధి దేవత యని చెప్పబడెను. యోగమునభ్యసించుట ముఖ్యమని భగవద్గీతలు చెప్పుచున్నవి.

శ్లో॥ సర్వద్వారాణి సంయమ్య మనో హృది నిరుధ్య చ

మూర్ధ్న్యా యాత్మనః ప్రాణా మాస్థితో యోగధారణామ్ ॥

– భగవద్గీత – 8 అ. 12 శ్లో

అన్ని ద్వారములను బిగించి మనస్సును హృదయ కమలమందు నిలిపి పిమ్మట దన ప్రాణ వాయువు, నూర్ధ్వగామియైన సషుమ్నా నాడిగుండా శిరస్సున కెక్కించి నిలుపుటయే యోగధారణమును పొందుటయనియర్థము.

యోగాభ్యాసము లేనిది మనసు నిలువదు. గనుక ముందు యోగ విషయము నేర్చుకొనవలయును.

యోగ విషయము

యోగ మనగా ప్రత్యగాత్మకును పరమాత్మకును ఘటాకాశ మహాకాశములకు వలె ఐక్యసంబంధము కలుగుట. అనగా మనస్సు ననేక రీతులుగా సంచరింపనీయక తనయందే మగ్నము చేసికొనుట. ఇంద్రియములను వశపరచుకొని చిత్తము ఈశ్వరునియందు లయింపజేయుటయే యోగము. ఇది సాంఖ్యమునకు సాధకము.

"దృగ్యుగ్మం లీయతే యత్ర మన స్తత్రైవ లీయతే

దృఙ్మనో లీయతే యత్ర మారుతం తత్ర లీయతే "

మనము దేనితో సమస్త పదార్థములను జూచుచుందుమో యట్టి నేత్ర ద్వయము యొక్క చూపునకు బహిర్వ్యాప్తి లేకుండ దనను దాను జూచుకొనుట

నేర్పిన నదివఱకుగనుపడు వస్తువులెల్లను గనుపడవు. దీనికే యంతర్ముఖ వ్యాప్తియని చెప్పుదురు. అట్లు చూపెచ్చట లీనమగునో యచ్చటనే మనస్సు సైతము లీనమగును. చూపును మనసు నెచ్చట లీనమగునో నచ్చటనే సోహ స్వరూపముగ నుండెడు వాయువును లీనమగును. అచ్చటనే మనోమారుతములు లయమగుచున్నవి.

ఒక కుండను దెచ్చి చూచిన లోపలను వెలుపలం గూడ నాకాశము కనుపించును. లోపలనుండెడు నాకాశమున కావరణ యుండెను గదా ఆ కుండను బగలగొట్టినపుడు డాలోపలి యాకాశ మావరణ రహితమై వెలుపలనుండు నాకాశముతో గలిసి నిరావరణమై పేరు లేనిది యగుచున్నది. ఆవరణ యున్నంతవరకే కుండలోని యాకాశమును వేఱు పేరు గాని ఆ యావరణము రహితము కాగానే నామభేదమును బోవును. అప్పుడే నామ రూప క్రియా రహితత్వము సిద్ధించును.

యోగాభ్యాసము చేయదలపు గలవారలు, గుహలయందు గాని లేక జన సంచారమును దుర్వాసనయు మిట్టపల్లములును లేక నల్లులు చీమలు దోమలు యెలుకలు మొదలగువానివలని యుపద్రవములు లేక విశాలమై యుండు సమ భూమియందుగాని, గృహమునందు ఆవుపేడతో చక్కగా అలికిన గదియందు గాని, మిద్దె మీద గాని క్రిందగాని తెల్ల సున్నము చక్కగా చేసి నల్లులు యీగలు చీమలు దోమలు మొదలుగా గల జంతువలు చేరకుండునటులను, గాలి విశేషముగా రాకుండునటులను, గాలి బొత్తిగా లేకపోతే ఆ గది పనికిరాదు గనుక కొంచెము గాలి వచ్చునట్లును, యేర్పరచబడినట్టియు సువాసన ద్రవ్యములతో అలంకరింపబడినట్టియు గదియందుగాని పులిచర్మమునైనను కృష్ణాజినమునైనను వేసికొని, దాని మీద స్థిర చిత్తముతో గూర్చుండి నడుమును మెడను తలను చక్కగా సరిగా నుంచి భ్రూమధ్యమందలి చిద్బిందువును దిలకించుచూ యోగాభ్యాసము చేయవలయును. కోపమును దూరముగ విడువవలయును. ఉప్పు కారము మొదలగు తామస పదార్థములను దినక పాలు, నేయి, చక్కెర, మొదలుగా గల సాత్త్విక మధుర పదార్థములనే తినవలయును. "అతి సర్వత్రవర్జయేత్" అను న్యాయము చేత మితాహారమును

మితనిద్రయు నుండవలయును. ప్రథమములో బద్మాసనము వేసికొని యొక గంటసేపు కదలక కూర్చుండి యుండుట కభ్యాసము చేయవలయును. అట్టులభ్యాస మయిన పిమ్మట బ్రాణాయామము చేయవలయును. నాగులచవితి గోకుల అష్టమి శ్రీరామనవమి ముక్కోటి ఏకాదశి శివరాత్రి మొదలగు వ్రతములు ఉపవాసముల చేతను శరీరమును కృశింపచేయుచు ఏమియును భక్షింపవానికి రాజయోగానుసంధానము లభింపదు. గారెలు బూరెలు లడ్డు హల్వా పోళీ మొదలగు మధురపదార్థములను అన్నమును మిక్కిలి యెక్కువగా చిరునాలుక వఱకు తిని ఉచ్ఛ్వాస్వ నిశ్వాసములకయినను వీలులేక ప్రయాసపడుచు నుండు వానికి రాజయోగానుసంధానము లభింపదు. తెల్లవారుఝామున నిద్దురలేవక పగలు రాత్రియు తీఅని నిద్రపోతూ ఏ ప్రొద్దును నిద్రమబ్బుతో పడియుండు వానికిని తెలివి ముఖస్థానమందునలేనివానికిని రాజయోగానుసంధానము లభింపదు. పగలు రాత్రియు నిద్దుర లేకుండ యెల్లప్పుడు జాగ్రతతో నుండువానికిని నిద్దుర బొత్తిగా లేనివానికిని రాజయోగానుసంధానము లభింపదు. (సద్గురువు లేనియెడ వ్యాధియును మరణమును గలుగును)

కావున యోగాభ్యాసము చేయువారలు, యోగవిద్య బాగుగ దెలిసిన గురువును దగ్గఱ నుంచుకొని యభ్యసింపవలయును. లేనిచో వ్యాధులకు గారణమగును. కొండనాలుకకు మందు పెట్టనున్న నాలకుయు నూడిపోయినట్లు, యోగవిద్య తెలియకపోగా శరీరాయసము, దగ్గు, మొదలగు వ్యాధులు నేర్పడును. భోజనానంతరము యోగాభ్యాసము చేయగిట్టదు. తెల్లవారుఝామున నాలుగు గంటలవేళయే దీనికి బ్రశస్తమయిన కాలము.

హఠయోగులు పాలు పంచదార వెన్న నేయి తేనె గోధుమపిండి మొదలగు మధురపదార్థములనే తినవలయును.

యోగము అభ్యాసయోగమని జ్ఞానయోగమని రెండు విధములు :

1. అభ్యాస యోగము : దీనినే కర్మయోగమనియు బ్రాణాయామమనియు జెప్పుదురు. ఈ యోగాభ్యాసమువలన జిత్తపరిపక్వము గలుగును.

2. జ్ఞాన యోగము : దీనినే రాజయోగమని చెప్పుదురు చిత్తపరిపక్వము గలవారీ యోగమువలన ముక్తిని బొందుదురు. అందు మొదటిది యగు అభ్యాస యోగము

ప్రాకృతమని వైకృతమని కుంభకమని మూడు విధములు

1. ప్రాకృతము లేక మంత్రయోగము
2. వైకృతము లేక లయయోగము
3. కుంభకము లేక హఠయోగము

అందు మంత్ర యోగము – అజరూప మంత్ర యోగము, జపరూపమంత్ర యోగము, క్రియా రూప మంత్ర యోగము, స్మరణ రూప మంత్ర యోగము అని నాలుగు విధములు.

1. అజపరూప మంత్రయోగము
2. జపరూప మంత్రయోగము
3. క్రియారూప మంత్రయోగము
4. స్మరణ రూప మంత్రయోగము

శ్లో॥ మకారం మననంచైవ త్రకారం త్రాణముచ్యతే
మనన త్రాణ మిత్యాహుర్మంత్ర మిత్యభిధీయతే ॥

శ్లో॥ దైవాధీనం జగత్సర్వం మంత్రాధీనంతుదైవతమ్
తన్మంత్రం బ్రాహ్మణాధీనం బ్రాహ్మణోమమ దేవతా ॥

వాని వివరమును దెలిపెదను.

1. అజపరూప మంత్ర యోగము – సూర్యోదయము మొదలుకొని తిరుగ సూర్యోదయమగు వఱకును మూలాధార, స్వాధిష్ఠాన, మణిపూరక, అనాహత, విశుద్ధ, ఆజ్ఞేయ, సహస్రార కమలములకు (చక్రవిషయమును చూడుడు.) అధి దేవతలైన గణపతి మొదలగు వారికి 21600 హంస అజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున సమర్పించుట.

శ్లో॥ షట్ఛతంతు గణేశాయ షట్సహస్రంతు వేధసే
షట్సహస్రం గదాపాణే ష్షట్సహస్రం పినాకినే
ఆత్మనేచ సహస్రంతు గురవేచ సహస్రకం

జీవసంఖ్యా విజానీయాత్ సహస్రం పరమాత్మనే ॥

2. జపరూప మంత్ర యోగము – బీజ, ఋషి, ఛంద, దేవత, శక్తి, కీలక, అంగన్యాస కరన్యాస ధ్యాన కవచ హృదయ మాల పంజర అర్గళ స్తోత్ర దిగ్బంధన దిగ్విమోక ప్రాణ ప్రతిష్ఠలును, యంత్ర విగ్రహోధ్యారాధనములు గలిగి మొదట ప్రణవమును నడుమను దేవతానామమును చివరను వశ్య మారణ స్తంభన మోహన విద్వేషణ ఉచ్చాటన ఆకర్షణ ఆవేశములనెడు అష్టకర్మములకు తగిన నమః స్వాహా హుం ఫట్ వౌషట్ వషట్ ఖేఠస్వధ మొదలగు పల్లవములను ప్రణవాదిగ చేర్చి, వినియోగముతో గూడినది యేమంత్రమునైన యిష్టసిద్ధి కొఱకు జపము చేయుట. యీ మంత్రము ఏడుకోట్ల విధములైయుండును.

"సప్తకోటి మహామంత్రాః చిత్తవిభ్రమ కారకాః"

3. క్రియారూప మంత్ర యోగము – యజ్ఞములు, వివాహములు, ఉపనయనములు, యాగములు, గర్భాదానది షోడశ సంస్కారములు మొదలగువానియందు మంత్రములను నోట జెప్పుచు జేతులతో చర్వాజ్య సమిధ అక్షత పుష్ప చందన దర్భ జలాదులతోడ గ్రమముగ క్రియల నడుపుటయే క్రియారూపమంత్రయోగము.

4. స్మరణ రూప మంత్ర యోగము – శివరామ గోవింద నారాయణాది నామములను రాగ తాళ నృత్య వాద్యములతో భజన సేయుటయును, ఆ నామములను గోటి కోటి మారులుగా వ్రాయుటయును, యిష్టదేవతా రూపముల వ్రాయుటయును స్మరణ రూపమంత్రయోగమని చెప్పబడును.

లయ యోగము : అనాహత చక్రమున (చక్ర విషయమున జూడుడు) నుండు దశవిధ ప్రణవనాదములనెఱిగి, దశమనాద మెచ్చట లీనమగుచున్నదో యచ్చట జిత్కళాదర్శనమందు మనస్సు లీనమగుటయే లయయోగము. వాయు నిరోధమే లయయోగము. ప్రాణ వాయువునందు అపానంబును అపానవాయువునందు ప్రాణంబును లయంబు గావించుట లయ

యోగము.

శ్లో॥ మనోగ్రేవ సతేబిందుః ప్రాణాగ్రేవ సతేకళా
ఉభయో ర్లీయతే నాదం లయ యిత్యుచ్యతే బుధైః ॥

మనస్సునకు అగ్రముగానుండు బిందువగు బుద్ధియును ప్రాణమునకు అగ్రముగానుండు కళయును లీనమయినప్పుడే నాదమును లయమగును. అట్టి నిష్కళయే పరబ్రహ్మ స్వరూపము.

గమనిక : బుద్ధి పండయని మేధయని చార్వియని చత్వయని గృహీతయని శ్రౌతియని ప్రతిభయని యేడు విధములు. అందు :

1) పండ : వేదాంత విషయములను దెలుసుకొనదగిన బుద్ధి పండయనబడును.

2) మేధ : శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసల చేత పెద్దల వలన తెలసికొనిన సంగతులకు మఱువక సదా అవలోకన గల బుద్ధి మేధయనబడును.

3) చార్వి : మనసు చేత ఊహించుటయందు నేర్పుగల బుద్ధి చార్వియనబడును.

4) చత్వ : గురువుల వద్ద జేరి తనకు గలిగిన సందేహములనన్నిటిని అడిగి వారు చెప్పెడి దంతయు ఓపికతో విసుగులేక విను బుద్ధి చత్వ యనబడును.

5) గృహీత : గురువు చెప్పెడి రహస్యములను పరాకు లేక వినుచుండు బుద్ధి గృహతతయనబడును.

6) శ్రౌతి : గురువుల వద్దను పెద్దల వద్దను విసుగు లేక శుశ్రూష చేయుట యందు సహనము గల బుద్ధి శ్రౌతి యనబడును.

7) ప్రతిభ : సమయోచితముగ శృతి స్మృతి యితిహాస అనుభవములను వాగ్ధోరణి గలిగి యెదుటివారెవరున్ను ప్రశ్నలు చేయలేకుండునటుల రహస్యములను అనుభవములను చక్కగ చెప్పి తేట తెల్లముగ తెలుపుటయందు నేర్పును శక్తియును గల బుద్ధి ప్రతిభ యనబడును.

హఠ యోగము : పుణ్య నదీ తీరమందు మఠము నేర్పరుచుకొని హఠయోగ విషయమును బాగుగా దెలిసిన గురుని దగ్గఱ నుంచుకొని వారిచేత

నిర్ణయింపబడిన ప్రకారము పథ్యముల జేయుచు భోజనాభ్యంగనాదుల చేత శరీరరక్షణము చేయుచు గుదాకుంచనము చేత నీళ్లు పీల్చి అధోమలములను కడిగి విడుచుచు కల్పఘృతముల చేతను గండూషాదుల చేతనను వక్షస్థల కంఠ గత కఫపిత్తాదులను వెలుపలికి వెడలగొట్టుచు అంజన నస్యాదుల చేత కపాలకుహరము నాసికల యందలి మలములను వెలుపలికి వెడలగొట్టుచు శరీరమంతయు విభూది పూసుకొని సాత్వికాహారముల భుజించుచు కాయ శుద్ధి చేసికొని పెద్దలయందును దైవమందును విశ్వాసము గలవాడై నిర్మలమగు అంతఃకరణగలవాడై మితాహారము మితనిద్రయుగలవాడై స్థిరముగ కూర్చొని మూలబంధ ఉడ్యాణ బంధజాలంధర బంధములతోడను అష్టవిధ కుంభకముల చేతను బ్రాణవాయువు యొక్క సంచారమును మాన్పి రేచకపూరకంబులనుడిగించి ప్రాణా పానంబుల రెంటిని రేయింబగలొక్క చందంబున గుంభించుట హఠయోగంబు. అట్టి నిరోధము వలన గాయసిద్ధియు నాకాశగమన సిద్ధియు దూరదృష్టి దూరశ్రవణసిద్ధులును, అణిమ మహిమ లఘిమ గరిమ ప్రాప్తి ప్రాకామ్యము వశిత్వము యీశత్వము అను అష్ట సిద్ధులును, స్వేచ్ఛామరణాదులును గలుగును (అష్టసిద్ధులు చూడుడు)

ధ్యాన యోగము హఠయోగులకు ముఖ్యమని తెలియునది.

జ్ఞానయోగము : (రాజయోగము) సమస్త విషయములను శ్రవణమనన నిధి ధ్యాసల చేత బెద్దల వలన దెలిసికొని పరమోపశాంతిగలిగి సర్వకాల సర్వావస్థలయందును బరబ్రహ్మస్వరూపమందలి యపరోక్ష జ్ఞానము వలన జీవన్ముక్తిని బొంది విదేహముక్తి పర్యంతమును బ్రారబ్ధము ననుభవించుచు నుండవలెను. రాజయోగికి బ్రాణాయామ మవసరము లేదు. ధారణ ధ్యాన సమాధులు ముఖ్యంబులు.

అష్టాంగములు

యోగాంగములు పూర్వాంగములని యుత్తరాంగములనియు రెండు విధములు.

పూర్వాంగములు : 1) యమము, 2) నియమము, 3) ఆసనము, 4) ప్రాణాయామము.

ఉత్తరాంగములు : 5) ప్రత్యాహారము, 6) ధారణము, 7) ధ్యానము, 8) సమాధి.

మంత్ర లయ హఠ రాజ యోగములలో నేయోగ మభ్యసించినను బూర్వాంగములు ముందుగ నభ్యసించి పిమ్మట ఉత్తరాంగముల నభ్యసించవలెనను.

I. యమము : అహింస, అస్తేయము, సత్యము, అపరిగ్రహము, బ్రహ్మచర్యము, అని యైదు విధములు.

1. అహింస : యజ్ఞములయందును, దుర్గాశక్తికి నివేదనలయందును, తప్పు తక్కిన కాలములయందును జంతువులను జంపకుండుట. ఈరు పేను నల్లి యీగ మొదలగు స్వల్ప జంతువులను క్రూరములగు పాములు, తేళ్లు, మండ్ర గబ్బలు మొదలగు విష జంతువులను భయంకరములయిన సింహ్వాములు పెద్ద పులులు, చిరుత పులులు, ఏనుగులు అడవి పందులు యెలుగుబంట్లు మొదలుగా గల అడవిమృగములను చంపకయుండుట అహింసయని చెప్పంబడును. ఏ ప్రాణికిని నొప్పికలుగజేయకుండుట. ఎవని మనస్సునకు నాయాసము గలిగింపకుండుట.

Universal Brotherhood

2. అస్తేయము : స్వప్నమందయిన నితరులసొత్తు నాశింపక తన కెంతటి కష్టము సంభవించిన నొరుల యాస్తిని దొంగిలింపక తానెంతటివిపత్తున మునిగియున్న నెట్టిపేదతికము ననుభవించుచున్న బెఱవారిసొమ్ము తనకు రాగోరక అపహరింపుమని నోటజెప్పక చేత ముట్టక యుండుట అస్తేయము.

3. సత్యము : చూచిన సంగతి చూచినట్లుగను దెలిసిన సంగతి తెలిసినట్లుగను విన్నసంగతి విన్నట్టుగను చెప్పుట. తన యొక్క గాని యితరుల యొక్క గాని ప్రాణమానములను రక్షించుటకు చెప్పిన యబద్ధము సత్యముగనే యెన్నబడదగును. వీలుగలయపు డబద్ధము చెప్పియైన బ్రాణమానములు రక్షింపనియెడ మహాపాపము గల్గునని పెద్దలయభిప్రాయము.

4. అపరిగ్రహము : శిష్యులు తప్ప తక్కిన యెవరేమి యిచ్చినను దానములను బట్టకుండుట.

5. బ్రహ్మచర్యము : స్త్రీ సంభోగము లేక యుండుట. మనస్సునందైనను స్త్రీల మీద గోరిక లేక యుండవలయును. భార్యకలవాడయ్యేనేని ఋతు కాలములయందు మాత్రమామెతో గ్రీడించి తృప్తిబొందువాడు బ్రహ్మచారిగానే యెన్నబడును.

దోషములు మూడు విధములు :

1) కాయికము = అన్య స్త్రీని బ్రత్యక్షముగ బొందుట కాయికదోషము

2) వాచికము = అన్య స్త్రీని గోరుచు నన్య స్త్రీల తోడి సంభాషణమునకు సంతోషించుచు, వారి పొందు లభింపకపోయెనే యెట్లు సమకూడునని మిత్రులతో నాలోచించుచుండుట వాచికదోషము.

3) మానసికము = అన్య స్త్రీలనను వలచి వారి కొఱకై మనసున బరితపించుచు నెవ్వరికిం దెలియనీయక లోలోన కృశించుచుండుట.

తన భార్య కాక తక్కిన స్త్రీలందఱు దల్లులనియు దానువారి కుమారుడనియు దలచుచు స్త్రీలమీది కోరిక తప్పించుకొనవలయును.

ఋతుకాలు = బహిష్ఠైనది మొదలు 16 దినములు. అందు మొదటి నాలుగు దినములు పదునొకండవ దినమును బదుమూడవ దినమును నిందితములు. అష్టమి, ఏకాదశి, చతుర్దశి, పూర్ణిమ, అమావాస్య, సంక్రాంతి, వ్రత దినములు, సూతక దినములును నిందితములు. కావున నీదినములయందు స్త్రీ సంపర్కము కూడదు. మనదీపమని ముద్దుబెట్టుకున్నచో మూతికాలును. అట్లే స్వభార్యయైనను ఋతుకాలములయందు దప్ప తక్కిన కాలములయందు సంభోగము కూడదు.

శ్రాద్ధమందు భుజించిన బ్రాహ్మణుడు తన భార్య కోరినను నాడు సంపర్కము చేయగూడదు. ఋతుస్నానము చేసిన మూడు దినములకు లోపల గామాతురుడై యుండినను రమింపగూడదు. ఒక పడకయందు బవళించుటయును గూడదు. ప్రాతఃకాలము, పగలు, అర్ధరాత్రములయందును సంధ్యాకాలములయందును రమింపగూడదు. దితి సంధ్యాకాలమున కశ్యపునితో బలాత్కారముగ రమింప హిరణ్యకశిపుదు హిరణ్యాక్షులు బుట్టి సంధ్యాకాల దోషముచే అతి క్రూరులయిరి. కనుక సంధ్యా కాలమందు సంగమము కూడదు. రాత్రి కాలమందే స్త్రీ సంభోగము కూడునుగాని పగటగూడదు.

"ప్రాణంవా ఏతే ప్రస్కందన్తియే దివా రత్యా సంయు
జ్యన్తే బ్రహ్మచర్యమేవత ద్యద్రాత్రౌ రత్యా సంయుజ్యన్తే"

ప్రశ్నోపనిషత్ – ప్రధమప్రశ్న 13

అట్లు కానియెడ

4వ దినముననగా స్నానదినమున రమింపగా నిల్చి గర్భమందలి శిశువల్పాయువును దరిద్రమును బొందును.

11వ దినమున నిల్చిన గర్భ మధర్మ మందిచ్చగల యాడు శిశువును బొందును.

13వ దినమున నిల్చిన గర్భమున వర్ణ సంకరురాలగు కూతురు కలుగును. ఇది నిశ్చయము.

ఉపరతి వలన నిల్చిన గర్భము స్త్రీ యొక్క యాకార చేష్టలు గల నపుంసకుని బొందు; లేకున్న బురుషచేష్టలు గల స్త్రీయైన నిలుచును. ఆఱు మాసములు మిగిలిన గర్భిణీ స్త్రీని రమింపగూడదు. ఈ బ్రహ్మచర్య నియమమును సమస్తమైన వారును జరుపవలయును.

II. నియమము : స్వాధ్యాయము, సంతోషము, శౌచము, త్రివిధ తపస్సులు, ఈశ్వర ప్రణిధానమునని యైదు విధములు.

1. స్వాధ్యాయము = వేద మూలమంత్రములను పఠించుట.

1) వాచికము – నోట బిగ్గఱగా యితరులకు వినబడునట్లు చెప్పుట.

2) ఉపాంశువు – యితరులకు వినబడకుండ ధ్వని గలుగకుండ మనస్సుననే పఠించుట.

3) మానసికము – ధ్వని లేకుండ బ్రత్యక్షరమును విరళించి నెమ్మదిగా మనసున జపము చేయుట. అన్నిటిలోనను మానసికము ముఖ్యము.

True Prayer is voiceless

2. సంతోషము = సుఖమునకు సంతోషింపక దుఃఖమునకు వ్యసనపడక ప్రారబ్ధము వలన నేవేళకేది ప్రాప్తించినను యదృచ్ఛా లాభసంతుష్టితో నుండి నిత్యతృప్తి నొందియుండుట.

3. శౌచము = మలినము లేకుండుట.

1) బాహ్యశౌచము – స్నానము మొదలగు వానివలన శరీరము యొక్క వెలుపలి మలమును బోగొట్టును.

2) అంతర శౌచము – అరిషడ్వర్గమును బంచమలములను విడనాడి మనస్సును బరిశుద్ధముగా నుంచుకొనుట.

4. త్రివిధ తపస్సులు :

1) శరీర తపస్సు – యమమునందలి అహింస అస్తేయము సత్యము అపరిగ్రహము బ్రహ్మచర్యము అనునవియును శౌచమునందలి బాహ్య పరిశుద్ధము, అంతపరిశుద్ధము అనునవియును అణకువయును విధేయతయును గలిగి దేవతలను బెద్దలను బ్రాహ్మణులను గురువులను పండితులను సన్యాసులను హంసలను పరమహంసలను అవధూతలను సాధులను బూజించుట శరీర తపస్సు.

2) వాక్తపస్సు – సత్యములై మనోహరములగు మాటలాడుట. వేదమూల మంత్రములను బఠించుట వాక్తపస్సు.

3) మనోతపస్సు – మనోనిగ్రహమును మనశ్శుద్ధియును మంచి నడతయును గలిగియుండుట. నిర్మలమగు మనస్సు గలిగియుండుట మనో తపస్సు.

5. ఈశ్వర ప్రణిధానము :

సీ॥ కరణంబు లఖిలోపకరణంబులును గాగ
 బ్రాణంబు లుపచార భటులు గాగ
గంగాప్రముఖనాడికల జలంబులు గాగ
 షట్కమలములు పుష్పములు గాగ
జఠరాగ్ని హోత్ర ముజ్జ్వలధూపవిధి కాగ
 బటుజీవకళలు దీపములు గాగ
నందితానందంబు నైవేద్యముం గాగ
 రవిశశిజ్యోతు లారతులు గాగ

గీ॥ నంగ దేవాలయమున సహస్ర కమల
 పీఠమున శాంతి జనకజోపేతుడగుచు
జెలగు బరమాత్ము రాము నర్చించుచుంట
 తత్వవిధు లీశ్వర ప్రణిధానమండ్రు.

జ్ఞానేంద్రియములును గర్మేంద్రియములు నంతరింద్రియములును బూజాపాత్రములుగను దశవిధ ప్రాణములు పనిబాగులవాండ్రుగను గంగా యమునా సరస్వత్యాది నామములు గల యిడా పింగళా సుషుమ్నాదులగునాడు లభిషేకాది జలములుగ మూలాధార స్వాధిష్ఠానమణిపూరక అనాహత విశుద్ధ ఆజ్ఞేయములను షట్క మలములు పుష్పములుగనను జఠరాగ్ని ధూపముగను జత్కళలు దీపములుగను బ్రహ్మానందము నైవేద్యముగను సూర్యచంద్రుల మండల జ్యోతులారతులుగను జేసి శరీరమనెడు దేవాలయమందు సహస్రార కమలమనెడి సింహాసనముపైన శాంతి యనెడు సీతతో గూడియుండు పరబ్రహ్మ స్వరూపుడగు శ్రీరాముని నెల్లప్పుడు పూజించుచుండుటయె, యీశ్వర ప్రణిధానమని తాత్పర్యము.

III. ఆసనములు :

ఆసనము లెనుబదినాలుగు లక్షలు. అందు ముఖ్యములగునవి

వివరింపబడును.

1) పద్మాసనము : కుడి తొడ మీద నెడమపాదము నెడమతొడ మీద గుడి పాదము నుంచి వెనుక ప్రక్కన గుడిచేతితో గుడికాలిబొటనవ్రేలు నెడమచేతితో నెడమకాలి బొటన వ్రేలును బట్టుకొని గడ్డము వక్షస్థలమునకు దగులునట్టుగ దలవంచి భ్రూమధ్యమందు దృష్టి నిలిపి యుండునది. ఇది గృహస్థులకు ముఖ్యము.

2) సిద్ధాసనము : ఆసనమందు (మలద్వారమున) నెడమకాలి మడిమెయు లింగస్థానమందు (మూత్రద్వారమున) గుడికాలి మడిమెయు నునిచి, శరీరము వంకర లేకుండ నిలిపి కొంచెముగా తలవంచి సగము కన్నులు మూసి నిమీలిత నేత్రుడై భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి ఆత్మావలోకన చేయునది. గృహస్థులకు పద్మాసనము ముఖ్యము. తక్కిన యాశ్రమస్థులకు సిద్ధాసనము ముఖ్యము. ఈ ఆసనముల వలన మనస్సు నిర్మలమగును. ఇంద్రియనిగ్రహము గలిగి తద్వారా దేహదారుఢ్యమున్ను ముఖవర్చస్సున్ను కలుగును. ముఖము షోడశకళా పరిపూర్తియై యుండును.

3. భద్రాసనము : కాలి చీలమండలను అండముల క్రింది నునిచి రెండు మడిమలనను రెండుచేతుల బట్టుకొని కదలక భ్రూమధ్యమున దృష్టిని నిలుపునది.

4. సింహాసనము : ఎడమ పిఱ్ఱ క్రింద గుడికాలి మడిమయు కుడి పిఱ్ఱ క్రింద నెడమకాలి మడిమయు నునిచ తన రెండు చేతుల వ్రేళ్లను రెండు మోకాళ్ల మీద సవ్యముగ వెడల్పుగ నునిచి నిక్కి సరిగా కూర్చుండి నోరుదెఱిచికొని భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి ఆత్మావలోకన చేయునది.

పద్మాసనము సిద్ధాసనము భద్రాసనము సింహాసనములను నాలుగుయాస నంబులు ముఖ్యంబులని తెలియునది.

5. వీరాసనము : ఒక తొడ మీద నొకపాదమును మఱియొక తొడ క్రింద రెండవ పాదమును జేర్చి శరీరమును వంకర లేకుండ నిలిపి భ్రూమధ్యమందు దృష్టి నిలిపియుండునది.

6. మతాంతర పద్మాసనము : కుడితొడ మీద నెడమ పాదమును ఎడమ తొడ

మీద కుడి పాదమును వెలికిలనుంచి తొడలపై హస్తములనుంచి గడ్డము వక్ష స్థలమునకు దగులునట్టుగ దలవంచి ముక్కుకొనయందు లక్ష్యమును నిలిపి నెమ్మదిగ వాయువును పూరించుటయే మతాంతర పద్మాసనము.

7. ముక్తపద్మాసనము : కుడి తొడ మీద నెడమ పాదము నెడమ తొడ మీద గుడిపాదము నుంచి వెనుక ప్రక్కగ గుడిచేతితో గుడికాలి బొటనవ్రేలు నెడమ చేతితో నెడమకాలి బొటనవ్రేలును బట్టుకొని గడ్డము వక్షస్థలమునకు దగులునట్టుగ దలవంచి రేచించి ఊర్ధ్వ ముఖ వ్యాపనము చేసి కుండలిని పెకళించి భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలుపవలెను. దీనినే ముక్త పద్మాసనమనియు బద్ధపద్మాసనమనియు జెప్పుదురు.

8. కుక్కుటాసనము : కుడి తొడ మీద నెడమపాదము నెడమ తొడ మీద గుడి పాదము నుంచి గడ్డము వక్షస్థలమునకు దగులునట్టుగ దలవంచి పిక్కలకుం దొడలకును నడుమ జేతుల దూర్చి యాచేతులను నేలమీద మోపి పైకి లేచినట్లుండి భ్రూమధ్యమందుండు చిద్బిందువును జూచుచుండునది.

9. కూర్మాసనము : కాలి మడిమల మీద గూర్చుండి భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలుపునది.

10. ఉత్థానకూర్మాసనము : కుడితొడమీద నెడమ పాదము నెడమ తొడ మీద గుడిపాదము నుంచి గడ్డము వక్ష స్థలమునకు దగుటునట్టుగ దలవంచి తన రెండు చేతులతో తన కంఠమును బట్టుకొని వెలికిలబడియుండి భ్రూమధ్య మందలి చిద్బిందువును జూచుచుండెనేని యుత్థానకూర్మాసనమని చెప్పబడును.

11. మతాంతర సిద్ధాసనము : లింగ స్థానమునకు మీదుగా నెడమ కాలి మడిమ నునిచి ఆ మడిమపైన కుడి కాలి మడిమ నునిచి భ్రూమధ్యావలోకన చేయుచుండుటయే మతాంతర సిద్ధాసనమని చెప్పుదురు.

12. స్వస్తికాసనము : పిక్కలకును దొడలకును నడుమ బాదముల జేర్చి శరీరము వంకర లేకుండ నిలిపి భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలిపియుంచునది.

13. యోగాసనము : ఎడమ తొడక్రింద గుడి పాదమును గుడి తొడ క్రింద నెడమ పాదము నుంచి తొడల నడుమ జేతులు గ్రుచ్చి పిక్కల బట్టుకొని శరీరము

వంకర లేకుండ నిలిపి భ్రూమధ్య మందలి చిద్బిందువును జూచుచుండెనేని యోగాసనమని చెప్పబడును.

14. గోముఖాసనము : ఎడమకాలి మడిమ కుడివీపు ప్రక్కగాను కుడి కాలి మడిమ యెడమవీపు ప్రక్కగాను మోకాలి మీద మోకాలు గదియ నుంచి శరీరము వంకర లేకుండ నిలిపి, భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలుపునది.

15. కపాలాసనము : కాళ్లు మీదికిని దల క్రిందికి నునిచి భ్రూమధ్యమందు దృష్టి నిలిపి యుండునది. ఈ ఆసనము నిత్యము క్రమక్రమముగా నొకజాము అభ్యాసము చేయుచుండిన సమస్త రోగములను నివర్తి చేయును. జఠరాగ్ని ప్రజ్వరిల్లజేయును. అల్ప భోజనము చేత వాయు సంచారము తగ్గించును. శరీరము బహుతేలికగా నుండును. ఇట్లు మూడు సంవత్సరము లభ్యసించెనేని సాక్షాత్పరశివుడే యగును.

16. ముక్తాసనము : ఎడమకాలి మడిమచే గుదస్థానమును గప్పి, కుడి పాదము నెడమతొడ మీద నునిచి భ్రూమధ్యమందు దృష్టి నిలిపియుంచునది.

17. ధనురాసనము : కాలి బొటనవ్రేళ్లను రెండు చేతుల వీపు వెనుక చెవులకు సరిగాబట్టి భ్రూమధ్యావలోకన చేయుచుండెనేని ధనురాసనమనెదరు.

18. మయూరాసనము : చేతులు నేల మీద మోపి మోచేతుల నాభి యిరుప్రక్కల నునిచి ముఖము పైకెత్తి రెండు కాళ్లు చాచి నెమలి తోకవలె పైకెత్తి భ్రూమధ్యమందలి చిద్బిందివును తిలకించుచున్న మయూరాసనమగును.

19. టిట్టిభాసనము : పాదములు వెలికిలనుండ శిరస్సుపై గదియించి తలను గట్టిగ పాదములతో పట్టుకొని చేతులతో బూనికగా నిలిచి ముడ్డిని పైకెత్తి ఆత్మావలోకన చేయగా టట్టిభాసనమని చెప్పుదురు.

20. అర్భకాసనము : గొంతుక కూర్చుండి మోకాళ్లమీద తలపెట్టి మోకాళ్లను చేతులతో చుట్టిపట్టుకొని లక్ష్యానుసంధానము చేయగా అర్భకాసనమని చెప్పుదురు.

21. కామదహనాసనము : కాలివ్రేళ్లు మడిచి భూమి మీద నిలిపి మోకాళ్ల క్రింద నూనక మడిమల మీద పిఱుదుల నుంచి కూర్చొని హంసదండము

మీద చేతులనూని నిక్కి భ్రూమధ్యమందు లక్ష్యముంచి ఆత్మావలోకన చేయగా కామదహనాసమని చెప్పుదురు.

22. పూర్వతాణువాసనము : కాలివ్రేళ్లు మడిచి భూమి మీద నిలిపి మడమలును పిఱుదులును జేర్చి తలను చేతులతోను నడుమును మోచేతులతోను అదిమి పట్టుకొని నడుమును నిక్కించి భ్రూమధ్యమందలి ముక్తికాంతను చూచుచుండగా పూర్వతాణువాసనమని చెప్పుదురు.

23. పశ్చిమతాణువాసనము : నేలమీద రెండు కాళ్లను జక్కగా జాచి మోకాళ్లమీద దలపెట్టి రెండుకాళ్ల బొటనవ్రేళ్లను రెండుచేతులంబట్టికొని భ్రూమధ్యయందు దృష్టి నిలిపియుంచునది.

అన్ని యాసనములలోనను సుఖాసనము పరమశ్రేష్ఠమైనది.

24. సుఖాసనము : అంతర బాహ్య దృశ్యములన్నియు బరబ్రహ్మ స్వరూపమనియు, నాపరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు దలచి యే సంకల్పమును లేక నిస్సంకల్పుడై బడలిక, జాడ్యము, నిద్ర, ఆయాసము మున్నగునవి యేపరబ్రహ్మ స్వరూపమున నుండుటచేత గలుగవో యట్టియునికియే సుఖాసనము. (ద్రష్టృ దర్శన, దృశ్యములు, (అనగా జూచువాడు, చూపు, చూడబడునది) యేపరబ్రహ్మమందు లయమగుచున్నవో, యట్టి పరబ్రహ్మము నందే దృష్టి నిలుపవలెంగాని, యభ్యాసకులవలె భ్రూమధ్యమున లక్ష్యములు నిలుపరాదు. ఇదియ యమనస్క రాజయోగ లక్షణము)

IV. ప్రాణాయామము :

ప్రాణాయామము ప్రాకృతప్రాణాయామమని వైకృతప్రాణాయామమని కుంభక ప్రాణాయామమని మూడు విధములు :

1. ప్రాకృత ప్రాణాయామము = అజపరూప మంత్రయోగము

2. వైకృత ప్రాణాయామము = ఎడమ ముక్కున వాయువును బూరించి సగభాగము కుంభకమందు నిలిపి కడమసగమును గుడిముక్కున రేచింపవలెను. మఱల గుడిముక్కున బూరించి సగము కుంభకమందు నిలిపి, కడమ సగము

నెడము ముక్కున రేచింపవలెను. ఈ తీరున యధాశక్తిగ బ్రాణాయామము చేయుచుండవలెను.

3. కుంభక ప్రాణాయామము – మూలబంధ ఉడ్యాణబంధ జాలంధర బంధముల గావించి, వాయువును పూరింపక, రేచింపక ఏకరీతిని నిలుపుట.

పూరకము – ఉత్పత్తి ; రేచకము – సంహారము; కుంభకము – స్థితి. పూరించుట – ప్రాణవాయువును మూలాధారము నుండి బ్రహ్మరంధ్ర పర్యంతము సుషుమ్నా నాళ ద్వారముగ నుత్థాపనము చేయుట. దీనినే కుండలిని పెకళించుట యనియు చెప్పుదురు.

రేచించుట = బ్రహ్మరంధ్ర పర్యంతము పూరించిన వాయువును మఱల సుషుమ్నా నాళ ద్వారముగ మూలాధారమునకు జేర్చుట.

కుంభించుట = పూరించిన వాయువును గొన్ని నిముషములు రెండు ముక్కులు మూసి రేచించకుండ బ్రహ్మరంధ్రమందు అనగా కపాలకుహరమందు నిలుపుట. ఇదియే ఊర్ధ్వ కుంభకము.

అధోకుంభకము = రేచించిన వాయువును గొన్ని నిముషములు రెండు ముక్కలు మూసి, పూరించకుండ మూలాధారమందు నిలుపుట. ఇదియే అధోకుంభకము.

ప్రాణాయామము రెండుభాగములు – కుడి మక్కును మూసి యెడమ ముక్కు గుండ వాయువును లోపలికి బీల్చి, ఎడమముక్క మూసి కుడి ముక్కు గుండ వాయువును లోపలినుండి విడుచుట పూర్వభాగము. ఎడమ ముక్కు మూసి కుడి ముక్కు గుండ వాయువును లోపలికి బీల్చి కుడిముక్కు మూసి యెడమ ముక్కు గుండ వాయువును లోపలిననుండి విడచుట ఉత్తరభాగము.

మూలబంధము = ఎడమకాలి మడమ చేత గుదస్థానమును మూయుట.

ఉడ్యాణబంధము = కుడికాలి మడమ చేత నాభిస్థానమును మూయుట.

జాలంధరబంధము = తలవంచి, గడ్డము ఱొమ్మునందుంచుట.

యోని బంధము = కాలి మడమ చేత గుదస్థానమును మూయుచు అపాన వాయువును ఊర్ధ్వముఖముగా పయికి పీల్చి యుండునది యోనిబంధము.

ఈ విధముగా బ్రాణాయామము నిత్యము నభ్యాసము చేయుటవలన

శరీరము తేలికయగును. అభ్యాసము కానుకాను కేవల కుంభకమగును. చెమట పట్టును. ప్రాణాయామము చేయుట వలన పైత్యము దగ్గు మొదలగు వ్యాధులు నెమ్మదించును. ఏ వ్యాధియు నుండదు. భోజనాంతర మీయభ్యాసము చేయగిట్టదు. తెల్లవారుఝామున జేయుట యుక్తము.

గమనిక : యమ నియ మాసనంబులు అభ్యసించిన పిమ్మటనే ప్రాణాయామ మబ్యసించవలయును. అట్లు గాక మన్ముందుగా బ్రాణాయామమభ్యసించినచో హృదయ వ్యాధులకు గారణమగును. కావున జాగరూకత గలవారై యమనియ మాసనంబులు ముందు అభ్యసించునది.

V. ప్రత్యాహారము :

జ్ఞానేంద్రియములను గర్మేంద్రియములను అంతరింద్రియములను వాని వారి విషయములకు బోనీయక మఱలించుట ప్రత్యాహారము. ఈ ప్రకారము నిత్యము నభ్యసించిన నింద్రియములు స్వాధీనములగును. ప్రాణాయామము వలన వాయువు నిలిచినపు డింద్రియ వ్యాపారములును నిలుచును. మనసు సైతము నిలుచు.

జ్ఞానేంద్రియములు :

శ్రోత్రేంద్రియము – (చెవి) వర్ణ రూప ధ్వనిరూపములైన సకల శబ్దములను వినును.

త్వగింద్రియము – (చర్మము) మృదువు కఠినము ఉష్ణము శీతలము మొదలగు గుణములను తాకుట వలన గ్రహించును.

చక్షురింద్రియము – (కన్ను) పొట్టి పొడుగు లావు సన్నము గల రూపములను నలుపు తెలుపు పసుపు నీలము సునీలము యింద్ర నీలము పీతము ఎఱుపు ఆకుపచ్చ మొదలుగా గల రంగులుగల అనేక రూపములను జూచును.

జహ్వేంద్రియము – (నాలుక) ఉప్పు పులుసు కారము తీపు చేదు వగరు అను రుచులను గ్రహించును.

ఘ్రాణేంద్రియము – (ముక్కు) సుగంధ దుర్గంధములగు వాసనలను

గ్రహించును.

కర్మేంద్రియములు :

వాగింద్రియము – (నోరు) శబ్దములను బలుకును

పాణీంద్రియము – (చేయి) ఇచ్చుట పుచ్చుకొనుట మొదలగు పనులు చేయును.

పాదేంద్రియము – (కాలు) నడుచుట ఎగురుట పరుగెత్తుట మొదలగు పనులు చేయును.

పాయ్వింద్రియము – (గుదము) మలవిసర్జనము చేయును.

ఉపస్థేంద్రియము – (యోని లేక శిశ్నము) మూత్ర విసర్జనము చేయును. సురతాదుల చేత నానందించును.

అంతరేంద్రియములు :

మనస్సు – కోరికలను బుట్టించును

బుద్ధి – నిశ్చయించును.

చిత్తము – ఆలోచించును

అహంకారము – మూర్ఖముతో పనులు చేయించును.

ఈ పదునాలుగింద్రియములను దమ తమ వ్యాపారములకు పోనీయక నిలుపవలెను. ఏ సంగతినైన నాలోచించునప్పుడు మనస్సు ఆ పనియందే నిలుచును. అట్టి సమయమున నెదుట నున్న వస్తువు కన్నులకు గనుపడదు. ఇతరులు చెప్పు మాటలు వినబడవు. ఇది సర్వత్ర యనుభవము వలన దెలియు విషయమే. అదే ప్రకారము మనస్సు పరబ్రహ్మస్వరూపమందు లయమైన బదునాలుగింద్రియములును వ్యాపారశూన్యములై నిలుచును.

VI. ధారణము :

మూలాధారము, స్వాధిష్ఠానము, మణిపూరకము, అనాహతము, విశుద్ధము,

ఆజ్ఞేయము, సహస్రారము, ననెడు కమలములయందు (అనగా చక్రములయందు) వానికి నధి దేవతలయిన గణపతి, సరస్వతితోడి బ్రహ్మ, లక్ష్మితోడి విష్ణువు, గౌరితోడి రుద్రుడు, ఈశ్వరుడు, సదాశివుడు, పరమాత్మ యను వాని నాయా స్థలములయందు ధ్యానించుచున్నపుడా యాచక్రముల యందు మనస్సును నిలుపుటయే ధారణము. ఈ ప్రకారముగ నిత్యము నభ్యసించినచో శరీరమెట్లు నిలిపిన నట్లునిలుచును. అభ్యాసమందు చెమట పట్టును. మనస్సణగి యుండును. వృత్తిరహితమగును. వాయువు యొక్క రాకపోకలను దినమొక ఝాము నిలిపిన సమర్థుడగును.

VII. ధ్యానము :

ధ్యానము సగుణధ్యానమనియు నిర్గుణ ధ్యానమనియు రెండు విధములు :

1. సగుణ ధ్యానము : హృదయపద్మమందు విరాట్పురుషుని నిలిపి మనస్సు చేత సమస్త వస్తువులను గల్పించి షోడశోపచారములను జేసి ధ్యానింపవలెను. పయిన వ్రాసిన "నియమ" మందలి యీశ్వర ప్రణిధాన లక్షణమును జూడుడు (చూ–పుట 70)

2. నిర్గుణ ధ్యానము : వీరాసనమున నుండి, చేతులను తొడలమీద నుంచుకొని నేత్రంబులు మూసి "అహం బ్రహ్మాస్మి" అను న్యాయము చొప్పున బరబ్రహ్మ స్వరూపమే తానని, నిర్వికల్పనిష్ఠ గలిగి యుండుట. స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరములు తానుగాననియు బంచప్రాణములు ఉపవాయువులు తాను గాననియు బదునాలుగింద్రియములు తాననుగాననియు, శరీర ప్రాణేంద్రియములకు దాను సాక్షిననియు, నట్టి సాక్షిత్వమును వృత్తియే గనుక పరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు, సర్వదా బ్రహ్మనిష్ఠయందే యుండుట.

ఇట్లు ధ్యానము చేయుట నిత్యము నభ్యాసము చేయగ నాత్మజ్యోతి దరిశన మిచ్చును. సత్యజ్ఞానానంద నిత్య నిర్మలాఖండ స్వరూపమగు పరబ్రహ్మమే తాననెడి నిశ్చయము స్వానుభవవేద్య మగుదాక సర్వకాల సర్వావస్థలయందు ప్రారబ్ధనాశన పర్యంతము దేహావసానపర్యంతము నిర్వికల్ప బ్రహ్మనిష్ఠ గలిగియుండుటే నిర్గుణ ధ్యానము.

VIII. సమాధి

శ్లో॥ సవికల్పో నిర్వికల్ప స్సమాధిర్ద్వివిధా భవేత్ ।
దృశ్య శబ్దాను విద్ధోయం సవికల్పః పునర్ద్విధా ॥

సమాధి సవికల్పమని నిర్వికల్పమని రెండు విధములు. అందు సవికల్పము దృశ్యానువిద్ధ సవికల్పమని శబ్దానువిద్ధసవికల్పమని రెండు విధములు. ఈ మూడును బాహ్యాంతర భేదముల చేత నాఱు విధములయ్యెను. సమాధి ముక్తికి మార్గము. ముముక్షువులకు సహజనిర్వికల్ప సమాధియు సుఖాసనమును ముఖ్యములు.

సమాధి సవికల్పమని నిర్వికల్పమని రెండు విధములు :

1. సవికల్ప సమాధి. ఇది రెండు విధములు
   1) దృశ్యానువిద్ధ సవికల్ప సమాధి.
   2) శబ్దానువిద్ధ సవికల్ప సమాధి.
2. నిర్వికల్ప సమాధి

ఇవి బాహ్యాంతరభేదముల చేత నాఱువిధములు. వాని వివరము.

1. బాహ్యదృశ్యానువిద్ధ సవికల్ప సమాధి : బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరులనెడి త్రిమూర్తులు యింద్రాది దేవతలు మనుష్యులు పశువలు పక్షులు క్రిమికీటకాదులు మొదలగు చేతనములును, కొండలు గుహలు పర్వతములు మొదలుగా గల అచేతనములును, నేత్రములకు గోచరములగు బాహ్యదృశ్యములనెడు సమస్త చేతనాచేతనములును దన తెలివియందేపుట్టి నశించును గనుక నట్టి దృశ్యములకు దాను విలక్షుణుడననియు బరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు దలంచుట బాహ్య దృశ్యానువిద్ధసవికల్ప సమాధి యనబడును.

2. అంతరదృశ్యానువిద్ధ సవికల్ప సమాధి : తనయందు స్వభావము చేత బుట్టునంతర దృశ్యములకు ననగా వృత్తులకు దాను విలక్షుణుడననియు బరబ్రహ్మ

స్వరూపమే తాననియు దలంచుట అంతర దృశ్యానువిద్ధ సవికల్ప సమాధియని చెప్పుదురు.

3. బాహ్యశబ్దాననువిద్ధసవికల్ప సమాధి : బాహ్య శబ్దములనెడు సమస్త నామములకు దాను విలక్షణుడననియు నామరూప క్రియారహితమగు పరబ్రహ్మ స్వరూపమే తాననియు దలంచుచు ఆనందముననే దేలుచుండుట బాహ్య శబ్దానువిద్ధ సవికల్ప సమాధియని తెలియునది.

4. అంతరశబ్దానువిద్ధ సవికల్ప సమాధి : అంతరశబ్దములనెడు కామక్రోధ లోభమోహమదమాత్సర్యములు మొదలగువానికి ప్రణవనాదమందలి చిణీనాదము, చిణిచిణీనాదము, ఘంటానాదము, శంఖా నాదము, వీణా నాదము, తాళ నాదము, వేణు నాదము, భేరీ నాదము, మృదంగ నాదము, మేఘనాదము అను దశవిధనాదంబులకుదాను విలక్షణుడననియు బరబ్రహ్మ స్వరూపమే తాననియు దలంచుట అంతర శబ్దానువిద్ధ సవికల్ప సమాధియనబడును.

5. బాహ్యనిర్వికల్ప సమాధి : పై నాలుగు విధములగు సవికల్ప సమాధులందును, స్థిరమై అంతర బాహ్యములందు దనకంటె భిన్నమైన దేదియును తోచక పరబ్రహ్మ స్వరూపముగనే కనుపించుట బాహ్యనిర్వికల్ప సమాధియనబడును.

6. అంతరనిర్వికల్ప సమాధి : తాను విలక్షుణుడననెడు వృత్తియు లేక, తానే పరబ్రహ్మ స్వరూప మనెడు వృత్తియు లేక, యఖండపరిపూర్ణ సచ్చిదానంద పరబ్రమ్మ స్వరూపమై తాను తానై యుండుట అంతరనిర్వికల్ప సమాధియని ప్రసిద్ధము. (అనుభవమువలననే తెలిసికొనవలయును.)

ఈ సమాధులయందు వాయువు పూర్తిగా నిలుచును. నిద్రకంటె నధికమయిన సుఖము కలుగును. సమాధినిష్ఠాగరిష్ఠునకు నన్నపానాదుల యందు గోరికయుండదు. బంగారమును మట్టియు సమముగనే తోచును. అతనికి శీతోష్ణములు, సుఖదుఃఖములు, జాతిమతములు, శాస్త్రములు, కర్మలునుండవు. భూషింపడు, కొట్టడు, కొట్టబడడు, తిట్టడు, తిట్టబడడు. చక్ర విషయమున సహస్రారమందు సమాధిని గూర్చి వ్రాయబడును.

మఱియు సంప్రజ్ఞాత సమాధియని అసంప్రజ్ఞాత సమాధియని రెండు

విధములు. అందు – మనస్సు పూర్తిగా ఐక్యము కాకుండా వుండే స్థితి గల సమాధి సంప్రజ్ఞాత సమాధి యనియు మనస్సు పునరావృత్తి రహితముగా ఐక్యమయి బ్రహ్మానందమున మునిగియుండే స్థితి గల సమాధి అసంప్రజ్ఞాత సమాధియనియు జెప్పుదురు. సంప్రజ్ఞాత సమాధియందు ప్రజ్ఞ యుండును. అసంప్రజ్ఞాత సమాధియందు ప్రజ్ఞ లేదు. ఈ యసంప్రజ్ఞాత సమాధియే అంతర నిర్వికల్ప సమాధియని తెలియునది. యీ రెంటికినీ భేదమేమియు లేదు.

శ్రమ లేక నిర్వాణ ప్రాప్తి కానేరదు. సకల ప్రాణులు మరణించుటయందు ఆత్మ నేత్రములగుండానో లేక అథోముఖముగా మూలాధారముగుండానో లేక మరియేద్వారముననో బయలువెడలును. ఇట్టి సమాధులయందు అభ్యసించిన సమాధి నిష్ఠాగరిష్ఠునకు కపాలకుహరము అనగా బ్రహ్మరంధ్రము గుండా ఆత్మ అంతరాత్మ పరమాత్మ బయలు వెడలును. సమాధి నిష్ఠుని శరీరము మంచి కళలు గలిగియుండును. ఏ స్త్రీ చూచినను మోహించునట్లు ప్రకాశమానముగ నుండును. స్వప్రకాశము దానంతట అదే బయలువెడలును. చిత్తము ప్రాణవాయువుతో కూడా సుషుమ్నతో కలియను చిత్తనిరోధమగును. అప్పుడు మనస్సు నిలుచును.

గమనిక : ప్రాణాయామము గాని సమాధులు గాని అభ్యాసకులు ఝామునకు (3 గంటలు) మించి చేయగిట్టదు. స్త్రీ సంపర్కము వలన బలహీనము యింద్రియ నష్టము అగును. స్త్రీ సంపర్కము లేకుండ యోగాభ్యాసము చేయువానికి శరీరమంతా సుగంధము వ్యాపించును. విశేషముగా స్త్రీ సంపర్కము గలవానికి శరీరమంతయు దుర్వాసన యగును.

సమాధికి విఘ్నములు : రోగము, బడలిక, సందేహము, అజాగ్రత, సోమరితనము, విషయలోలత్వము, తప్పు అభిప్రాయము, స్థిరము లేమి, బాధ, హీనత్వము, జాడ్యము, ఆయాసము, దగ్గు మొదలుగా గలవి. ఇవియున్నప్పుడు సమాధులు చేయగిట్టదు. మున్ముందుగా ప్రతిబంధములను నివర్తిజేసికొని సమాధి నిష్ఠలకు బోవలయును.

తత్త్వములు : పాదము మొదలు మోకాళ్ల వఱకు లకారము బీజము పృథివీతత్త్వము, మోకాళ్లు మొదలు గుదస్థానమువఱకు వకారము బీజము ఆపోతత్త్వము, గుదము

మొదలు హృదయము వఱకు రకారము బీజము అగ్నితత్త్వము, హృదయము మొదలు భ్రూమధ్యము వఱకు యకారము బీజము వాయుతత్వము, భ్రూమధ్యము మొదలు కపాలకుహరము వఱకు హకారము బీజము ఆకాశతత్త్వము అని తెలియునది.

పంచ దశ యోగాంగములు

యమము, నియమము, త్యాగము, మౌనము, దేశము, కాలము, ఆసనము, మూలబంధము, దేహసామ్యము, దృక్స్థితి, ప్రాణాయామము, ప్రత్యాహారము, ధారణము, ధ్యానము, సమాధియని పదునైదు యోగాంగములు. అందు :–

1) యమము : పృథివ్యాపస్తేజోవాయురాకాశములనెడు పంచభూతములు, స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరములు, శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వా ఘ్రాణములనెడు జ్ఞానేంద్రియములు, వాక్పాణి పాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులు, మొదలగు బాహ్య దృశ్యములును; మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారములనెడు నంతరింద్రియములు, ప్రాణాపాన వ్యానోదానసమానములనెడు పంచ ప్రాణములు, నాగ కూర్మ కృకుర దేవదత్త ధనుంజయులనెడు నుపవాయువులు, మొదలగునంతర దృశ్యములును; పరబ్రహ్మ స్వరూపమనియు, ఆ యవాంగ్మానసగోచరమగు పరబ్రహ్మమే తాననియు దలంచుట యమమని చెప్పబడును.

2) నియమము : చతుర్దశేంద్రియములకును వాని వాని విషయములకును దాను విలక్షణుడనియు, సచ్చిదానంద స్వరూపుడననియు, సత్వరజ స్తమోగుణ సంబంధములైన వృత్తులు లేనివాడననియు, బ్రాహ్మణ క్షత్రియ వైశ్య శూద్రులనెడు జాతులు లేనివాడననియు, స్థూల సూక్ష్మరూపములు లేనివాడననియు బేరు లేనివాడననియు, గనుకనే నామరూప క్రియారహితుడననియు దెలిసికొని, సర్వకాల సర్వావస్థలయందును బ్రహ్మానందములో మునిగియుండుట.

3. త్యాగము : శరీరము యింద్రియములు మనస్సు ప్రాణములు మొదలుగా గలవి తానుగానని వానియందభిమానము వదలియుండుట, సంకల్ప రాహిత్యము.

4. మౌనము : "యతోవాచోనివర్తంతే అప్రాప్యమనసాసహ" మనస్సుతో గూడ బరబ్రహ్మమును జెందనేఱక వాక్కులు మఱలుచుండును. అట్టి పరబ్రహ్మము నందు మనస్సును మగ్నము చేసియుండుట. మనస్సు పరబ్రహ్మమును జూడనేరదుగాని పరబ్రహ్మమందైక్యమగును; అనగా పరబ్రహ్మమే తానగును.

"పరా ప్రాణమయీ ప్రోక్త పశ్యతీచ మనోమయీ
మధ్యమాయింద్రియాణ్యాహుః వైఖరీవాగితిస్మృతాః'

వాక్కులు నాలుగు విధములు :

1) పరావాక్కు = సంకల్పము పుట్టుట

2) పశ్యంతి వాక్కు = సంకల్పమును వెలువరించుట

3) మధ్యమవాక్కు = దంతతాల్వోష్ఠ వ్యాపారములతో గూడినది

4) వైఖరీవాక్కు = బిగ్గఱగా మాటలాడుట

ఈ వాక్కులు దిగువనుండి యొకటొకటిగా యడగిపోగా జివఱకు నిలిచెడు పరావాక్కు కూడ లేనప్పుడు బ్రహ్మానందము కలుగును. అట్టి స్థితియె మౌనము. మితభాషిగా నుండుట, మాటలాడినచో జెప్పిన మాటలను జ్ఞప్తినుంచక, యే సంకల్పమును లేక, నిస్సంకల్పుడైయుండుట.

5. దేశము : ఏ ప్రదేశమునందు మనసును నిలిపిన నింద్రియ సంబంధములగు వికారములు లేనిదియు, సుఖదుఃఖములు జననమరణములు తాపత్రయములు మొదలుగాగలవి లేనిదియు, సర్వకాల సర్వావస్థలయందును సత్యమై నిర్మలమై శ్రేష్ఠమై సచ్చిదానందస్వరూప మగునదియును బెద్దలచేత దెలియదగినదియు నవాఙ్మానసగోచరంబునగు పరబ్రహ్మము తెలియునో, యట్టి ప్రదేశమే యేకాంత స్థలము. ఈ సంగతిని బెద్దల వలన దెలియజాలక బహుజను లేకాంతదేశమన నిర్జన ప్రదేశమనియు నట్టడవియనియు దలంచి యడవులకేగి తపస్సు చేయుదురు. గుహల కేగెదరు. అట్లు పొరంబడక యేకాంతదేశమును జక్కగ దెలిసికొనవలెను. అదియే యాత్మగుహయని చెప్పుదురు. అదియే యింద్రయోని. అట్టి యోని యందు రమించిన నిరంతర సుఖము కలుగును. అట్లుచేయక యడవికి బోయినను, లేక గుహలలో గూర్చుండినను మనసు మాత్రము నిలువక

విషయములకు బోవుచుండును. మనసు నిస్సంకల్పమయినయెడ నడవులతోడను, గుహలతోడను బ్రయోజనము లేదు (చూ-చక్ర విషయము, సహస్రారము)

6. కాలము : ప్రపంచ వ్యవహారమందు వలె గాలనియమము లేక యఖండముగా బ్రకాశించు పరబ్రహ్మమే కాలము. యోగి, యట్టి కాలస్వరూపము తానై ప్రళయ కాలములకును లోబడక యేకరీతిగా బ్రకాశించును.

7. ఆసనము :

1) సుఖాసనము : పరబ్రహ్మస్వరూపము తానై యున్నప్పుడింద్రియములకు వ్యాపారము లేదు. నిద్ర యలజడి మొదలుగునవి లేవు. కావున నా పరబ్రహ్మ స్వరూపముతానై యుండుట.

2) సిద్ధాసనము – అస్తే, జాయతే, వర్ధతే, పరిణమతే, అపక్షీయతే, వినశ్యతే, అనుషడ్వికారములును లేని పరబ్రహ్మము నపరోక్ష జ్ఞాన దృష్టి చేత జూచి దానియందైక్యమైన తోడనే యణిమాద్యష్టసిద్ధులును గలవాడగుట.

8. మూలబంధము : అన్ని బంధములకును మూలమైనది. పరిపూర్ణావలోకనమైన మాత్రమునే సమస్తమునకును గారణమైన యీ బంధము వీడును.

9. దేహసామ్యము : సముద్రమునందు సమస్త నదులు, మురుగు కాల్వలు, మొదలుగునవి యన్నియుం గలసి యభేదమగుననట్లు బ్రహ్మానందమనెడు నచల సముద్రమునందు నింద్రియములు, వాని విషయములు, నరిషడ్వర్గమును మొదలుగా గలవన్నియు జేరి వాని రూపములంబాసి పరిపూర్ణమందైక్య మగుచున్నవి. అప్పుడు స్థూలసూక్ష్మ కారణ మహాకారణములనెడి శరీర భేదములు లేక రూపనామ క్రియారహితమైన పరబ్రహ్మ స్వరూపమనెడు పరిపూర్ణ మంతటనున నిండియుండును.

10. దృక్స్థితి : లక్ష్యములలో శ్రేష్ఠమగు శాంభవీ లక్ష్యము చేత బరబ్రహ్మమందు తదేకనిష్ఠగా దృష్టిని నిలుపుట.

1) బాహ్యలక్ష్యము = శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణములనెడు జ్ఞానేంద్రియముల యొక్కయు, వాక్పాణి పాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియముల యొక్కయు, విషయములగు శబ్దస్పర్శరూపరస గంధవచన దానగమన విసర్జనానందము

లయందు లక్ష్యమును నిలుపుట.

2) అంతర్లక్ష్యము – మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారముల యొక్క వృత్తులగు సంకల్ప నిశ్చయ చంచల కర్తవ్యముల యందు లక్ష్యము నిలుపుట.

3) మధ్య లక్ష్యము – అంతరబాహ్యమధ్య లక్ష్యము – బాహ్యేంద్రియ విషయము లంతరింద్రియవిషయములయందు లక్ష్యమును నిలుపుట.

4) షణ్ముఖి = శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణములనెడు జ్ఞానేంద్రియములు మనస్సులయందు లక్ష్యమును నిలుపుట.

5) శాంభవి = పై నాలుగు లక్ష్యములను సమిష్టిగా జేర్చి యంతర బాహ్యములయందు బ్రకాశించు పరబ్రహ్మ స్వరూపమునందు లక్ష్యము నిలుపుట. ఇది యన్ని లక్ష్యములలో శ్రేష్ఠము.

11. ప్రాణాయామము – శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణములనెడు జ్ఞానేంద్రియములను వాని వృత్తులగు శబ్దస్పర్శరూపరస గంధంబులును, వాక్పాణిపాదపాయూపస్థ లనెడు కర్మేంద్రియమంబులను వాని వృత్తులగు వచనదానగమన విసర్జనానంద ములును మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడు నంతఃకరణ చతుష్టయంబును, వాని వృత్తులగు సంకల్ప నిశ్చయచంచల కర్తృత్వములును బ్రాణపానవ్యానోదాన సమానంబులనెడు పంచప్రాణంబులును, నాగకూర్మకృకురదేవదత్త ధనుంజయు లనెడు నుపవాయువులును బరబ్రహ్మస్వరూప మనియు నా పరబ్రహ్మస్వరూపమే తాననియు దలంచుట. అట్లు తలచునేని పైన జెప్పిన వృత్తులన్నియు నశించును. "యద్దృశ్యం తన్నశ్యమ్" అనునట్లు కనుపడు పదార్థజాతమంతయు నశ్యమగు నని యెంచి విటునియందు విటకత్తెకు వలె మనస్సును బరబ్రహ్మ స్వరూప మందైక్యము చేయుట.

12. ప్రత్యాహారము – సద్గుణములను దుర్గుణములను బరబ్రహ్మస్వరూపముగా దలంచుట.

13. ధారణము – మనస్సు దేనిని సంకల్పించునో, దేనిని జూచునో, యా తలచినది, చూచినది యంతయు బరబ్రహ్మ స్వరూపమని హృదయమందు నిశ్చయముగ నిలుపుట.

శ్లో॥ యద్యత్పశ్యతి చక్షుర్భ్యాంత త్తదాత్మేతి భావయేత్
యద్యత్స్పృశతి హస్తాభ్యాంత త్తదాత్మేతి భావయేత్
యద్యచ్ఛృణోతి కర్ణాభ్యాంత త్తదాత్మేతి భావయేత్"

– కైవల్యోపనిషత్

కన్నుల చేత జూడబడునది, చేతుల చేత దాకబడునది, చెవుల చేత వినబడునది, యాత్మస్వరూపమని భావింపవలెను. నాసిక చేత వాసన చూడబడునది. నాలుక చేత రుచి చూడబడునది ఆత్మయని భావించవలెను. యిందువలన అణిమ మహిమ లఘిమ గరిమ ప్రాప్తి ప్రాకామ్యము వశిత్వము యీశత్వములను అష్టసిద్ధులు లభించును.

గమనిక : ప్రపంచమందు యోగి పిచ్చివానివలెను చెవిటివానివలెను, మూగవానివలెను, తెలివిలేనివానివలెను యుండును. అతండే సిద్ధయోగియని తెలియునది.

14. ధ్యానము : స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరములు, శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణము లనెడు జ్ఞానేంద్రియములు వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులు, మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడు నంతరింద్రియములు నను నీ పదునాలుగింద్రియ విషయములు, ప్రాణాపానవ్యానోదానసమానంబులనెడు పంచ ప్రాణంబులు, నాగకూర్మ కృకుర దేవదత్త ధనుంజయులనెడు నుపవాయువులు, మొదలగు దృశ్యములు నేను గాను, వీనిని దెలిసికొనెడు దృక్స్వరూపుడను, సాక్షిని, అని యెంచి పట్టు తప్పకయుండుట.

15. సమాధి : సర్వకాలములయందు అనగా భూతభవిష్యద్వర్త మానకాలముల యందు లేక అహోరాత్రులయందును; సర్వావస్థలయందు ననగా జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్తి తురీయములనెడు నాలుగవస్థలయందును సమస్తము బ్రహ్మస్వరూపమే యని యెల్లప్పుడు దర్శించెనేని సమస్త వికారములును రహితమగు సహజ నిర్వికల్ప నిష్ఠయగును.

చక్ర విషయము

ప్రత్యక్షముగ కనుబడెడి యీ స్థూల దేహమందు మూలాధారము నుండి కపాలకుహరము వఱకు వీణాదండమువలెనొక వెన్నుముకయుండును.

"దేహస్య పశ్చిమే భాగే వీణాదండ స్వరూపభృత్

దీర్ఘాస్థి మూర్ధపర్యంతం బ్రహ్మదండీతి కథ్యతే " – ఉత్తరగీత

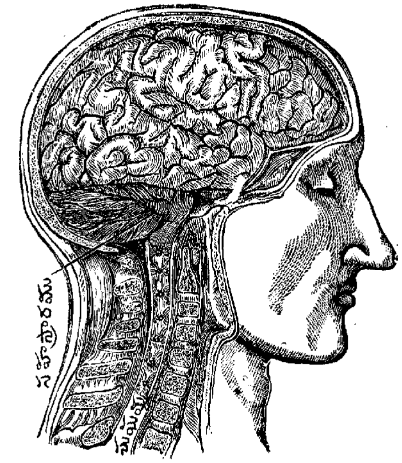
శరీరము యొక్క వెనుకభాగమున వీణాదండముల వలె శిరస్సు పర్యంతమును వెన్నెముక యున్నది. దానిని బ్రహ్మదండియని చెప్పుదురు.

"తస్యాంతే సుషిరం సూక్ష్మం బ్రహ్మనా డీతి సూరిభిః

ఇడాపింగళయోర్మధ్యే సుషుమ్నా సూక్ష్మరూపిణీ" – ఉత్తరగీత

వెన్నెముక మధ్యను గొట్టము వలె సూక్ష్మరూపముగ నుండు రంధ్రమును బ్రహ్మనాడి యందురు. ఆనాడి ఇడాపింగళనాడులకు మధ్యనుండినదై సుషుమ్న యను పేరబరగుచున్నది. ఈ సుషుమ్నయే బ్రహ్మాత్మైక ప్రతిపాదికమైనది గనుక బ్రహ్మనాడియని చెప్పబడును. ఈ సుషుమ్న కంతర్గతముగా కుండలీన శక్తి గలదు.

ఈ వీణాదండమునకు వీణెకు మెట్లువలెనే యొకటిమీద నొకటిగా ముప్పదిమూడు పూసలుండును. అందు మొదటి యేడిటినే మెడపూసలని కదమ యిరువదియాఱిటిని వెన్నుపూసలనియు జెప్పుదురు. యీ వెన్నెముకకే బ్రహ్మదండి, మేరువు నను పేరులు. ఈ పూసల నడుమ నాళముండును. అదియే సుషుమ్నా నాళము. ఈ నాళము గుండ సుషుమ్న అథోముఖముగా మూలాధారమునకు వచ్చి మనస్సును విషయములకు పోవునట్లు చేసి తాను తిరుగా యూర్ధ్వముఖముగా వ్యాపించుచు వెన్నుపూసలను మెడపూసలను దాటి పెద్దనాళముతో గలియును. ఈ పెద్దనాళమునకు బ్రహ్మరంధ్రమని పేరు. ఈ సుషుమ్న సర్పాకారముగా నున్నందున వెన్నుపాముని చెప్పుదురు. ఈ సుషుమ్న కడు కోమలమైనదియు బహు మృదువైనదియును గావున నేయపాయమును కలుగకుండ శిరస్సుందలి కపాలకుహర మనెడిదట్ట మయిన యెముకలపెట్టెలో నిమడ్చబడి యతి జాగ్రత్తతో గాపాడవలసివచ్చెను. ఈ సుషుమ్న యుండెడు స్థానము బ్రహ్మరంధ్రము. ఇదియె ప్రాణాధారము.



వెన్నెముకయందుండెడి ముప్పదిమూడు పూసలనే ముప్పదిముగ్గురు దేవతావరులనియు శరీరమందలి ముప్పదిమూడు కోట్ల రోమంబులే ముప్పదిమూడు కోట్ల దేవతలనియు జెప్పుచున్నారు. ఇంద్రుడు, బ్రహ్మ, అష్టవసువులు 8, ఏకాదశరుద్రులు 11, ద్వాదశాదిత్యులు 12, మొత్తమున ముప్పదిముగ్గురు దేవతావరులని తెలియునది.

శరీరమున నుండు ముఖ్యమునైన నూఱునాడులలో నొక్కొక్కదానికి నూఱేసి శాఖానాడులును అందొక్కొక్క శాఖానాడికి 72000 సూక్ష్మ నాడులు గలవు.

నాడులనేకముగా గలవు. అందు ముఖ్యములగు పదింటిని వివరించెద :

1. సుషుమ్న : అతి కోమలమును సుకుమారమునై, యిడా పింగళలను నాడులతో మూలాధారము నుండి యూర్ధ్వముఖముగాబోయి "కుండలీశక్తి" యను పేరుతో గపాలకుహరమున బ్రవేశించి యచటనుండి నాలుక కొనకు జేరి "సరస్వతి" యనుపేరిట బ్రసిద్ధమగుచున్నది. ఈ సుషుమ్న మూలాధారము నుండి సహస్రారముదనుక వ్యాపించుచు పశ్చిమాభిముఖమై భ్రూమధ్య మందు నిడాపింగళానాడులతో గలిసి

యుండును. ఆ స్థానమే "త్రివేణి సంగమము" "త్రికూటము" "ఆజ్ఞా చక్రము" నని చెప్పబడును. సుషుమ్న తెల్లనిరంగు గలదిగాన "శుక్లనాడి" యని, పరబ్రహ్మమును గుఱించిన జ్ఞానమునకు సాధకము గావున "బ్రహ్మనాడి" యనియును జెప్పబడెను.

ఉత్తరదేశమునందు కాశీ మహాక్షేత్రమునకు సమీపమున ప్రయాగ (అలాహబాద్) లో సరస్వతి గుప్తగామినిగానున్నది. అటులనే సుషుమ్న యును గుప్తగామినియని తలంచునది.

2. ఇడ : ఎడమ ముక్కు నందుండి వాసనలను గ్రహించును. ఇదియె చంద్రనాడి. ఈనాడి ముక్కు నుండి కపాలముదననుక పోవును. గనుక వాసనలను గ్రహింపజేయును.

3. పింగళ : కుడిముక్కు నందుండి వాసనలను గ్రహించును. ఇదియే సూర్యనాడి. ఈ నాడియు ముక్కునుండి కపాలము దనుక పోవును గనుక నిదియు వాసనలను గ్రహింపజేయును. ఈ యిడాపింగళానాడులు సుషుమ్నతో గూడనాధార చక్రమునుండి యూర్ధ్వముఖముగా బోయి భ్రూమధ్యమందు జేరి "గంగా" "యమునా" యను పేరులు గలవియగును. వీనివలననే ప్రాణవాయువునకు సంచారము కలుగును. గంగాయమునా సరస్వతులు కలియు స్థానము గనుక భ్రూమధ్యమునకు త్రివేణీ సంగమమను పేరు కలిగెను.

4. పూషాలము, 5. అలంపూష – అనునీనాడులు రెండును చెవులలోపలినుండి కపాలమువఱకును పోవును గనుక నివి శబ్దములను గ్రహింపజేయును. ఈ నాడులు లేనిచో శబ్దమును వినజాలము.

6. గాంధారి, 7. హస్తి జిహ్వ – అను నాడులు రెండును గన్నులలోపలి నుండి కపాలము వఱకును బోవును; గనుక రూపములను గ్రహింపజేయును.

8. కుహూనాడి : గుదస్థానమున నుండి మలమును విడచునట్లు చేయును.

9. సినీవాలీనాడి – గుహ్యస్థానమందుండి మూత్రమును వదలునట్లు చేయును.

10. రక్తాహ్వయనాడి – గుహ్యస్థానమందుండి శుక్ల శోణితములను

వెడలగొట్టును. లింగలేపనము కలుగజేయును.

చెవులు, కన్నులు, ముక్కు, నాలుక – వీని నుండి యేడు నాడులు మేధస్సు నందు సుషుమ్నతో గలియును. ఆ స్థానమునే "బ్రహ్మరంధ్ర" మనియు "సప్తపథ" మనియుం జెప్పుదురు. అచ్చటనే సహస్రార ముండును. శ్రోత్రచక్షుర్జిహ్వా ఘ్రాణములనుండి పోవు నాడులు కలియు స్థానము గనుక దీనినే "చతుష్పథ" మనియు "శృంగాటక" మనియుం జెప్పుదురు.

బ్రహ్మరంధ్రము : భూపతనమైనతోడనే బిడ్డలకు నడినెత్తిన మృదువైన గుంటయొకటి యుండును. ఆ గుంటకు దిగువ తట్టున నొకకమల ముండును. దీనికే సహస్రారకమలమని పేరు. శిశువు గర్భములో నున్నప్పుడు యీ కమలము వికసించి యుండును. ఆ కారణముననే గర్భములోని బిడ్డలకు నేడవమాసము మొదలు భూపతనమువఱకు జ్ఞానము మెండై, భూపతనయయిన తోడనే యజ్ఞాన మనెడి మాయ యావరించి, యీ కమలము ముకుళించుకొని పోవును. గర్భములో నున్నప్పుడు శ్రోత్రచక్షుర్జిహ్వా ఘ్రాణములయందు ఆత్మ విస్తరించలేదు. కావున ఆ యింద్రియముల యొక్క విషయములన్ను లేవు. బ్రహ్మ రంధ్రము నుండియే జ్ఞాననేత్రము ద్వారా శిశువు గర్భములో నుండియును సమస్తమును తెలిసికొనగలదు. నాభివద్ద నుంచి వచ్చెడి తీగె గుండా తల్లి భుజించిన పదార్థముల యొక్క రసమును అనుభవించగలదు. బ్రహ్మ రంధ్రము గుండా ఆత్మ స్థూల శరీరములో ప్రవేశించును. మొదట యే ద్వారమున ప్రవేశించునో ఆ ద్వారముననే తిరుగ వెడలుటయే యుక్తమార్గమని పెద్దలు తలంచెదరు.

భూపతనమైనది మొదలు బిడ్డలకు మాడున జమురు పెట్టి పసుపు రాచుట యాచారమని సర్వత్ర తెలిసిన విషయమే. ఇట్లు దినదినమును జమురు రాయ రాయ బిడ్డలకు నడినెత్తిన నుండెడి గుంటపూడి కనుపడకుండును. పంద్రెండు సంవత్సరములకు నెముకలన్నియు నతుకుకొని తల గట్టిపడును.

0 సహస్రార కమలమునకే "బ్రహ్మరంధ్ర" మనియు, ఆ కమలము యొక్క మధ్యనుండెడి నాళమునకు "సుషుమ్నా" నాళమనియుం బేరులు.

0 బ్రహ్మరంధ్రము పదియవద్వారమని చెప్పెదరు.

"పుర మేకాదశద్వారమ్" కఠోపనిషత్

కన్నులు రెండు, చెవులు రెండు, ముక్కు రంధ్రములు రెండు, నోరు, మలమూత్ర ద్వారములు రెండును, నాభి ద్వారము, బ్రహ్మ రంధ్రము – పదునొకండు ద్వారములు.

"నవద్వారంతు ప్రత్యక్షం దశమం మన ఉచ్యతే
మనోద్వారే స్థితం గోప్యం గురువాక్యేన లభ్యతే
గరుర్ముఖేన జ్ఞాతవ్యం నాన్యధా గ్రంథకోటిభిః ॥"

నవద్వారములు కనుబడుచున్నవి. దశమ ద్వార మగు మనోద్వారము గోప్యముగనున్నది. గ్రంథములు చదివితే తెలియదు. గురువు వలననే తెలియవలెను.

పది ద్వారములని చెప్పినప్పుడు నవద్వారములును బ్రహ్మరంధ్రమును గూడి లెక్కకు వచ్చును.

మూలాధారంబునకు నెనిమిదంగుళముల మీద సుషుమ్నా నాళము నను సరించి నాడీచక్రమున్నది. ఆ నాడీచక్రమునుండి కుహూనాడి సినీవాలీనాడి రక్తాహ్వయనాడి యనుమూడు నాడులు నధోముఖ వ్యాపనము గలవై యుండును. ఆ నాడీ చక్రమునుండి యనేక నాడులూర్ధ్వ ముఖ వ్యాపనము గలవైయుండును. నాడులకు గూడలి స్థానమై వానిలో గొన్నిటి నధోముఖముగను గొన్నిటి నూర్ధ్వముఖముగను వ్యాపింపజేయు మధ్యమస్థానము గనుక నాడీచక్రమని చెప్పబడును. బొమ్మెముకకును వీణాదండమునకును మధ్యను అథోముఖముగా వ్రేలాడు మాంసపిండమునే హృదయమని చెప్పుదురు. ఇదియే హృత్పుండరీకము. ఇందు జీవాత్మయుండును. మేదస్సునుండియే సుషుమ్నా నాళద్వారమున నిక్కడికి నాడులు వచ్చును. మఱియు యీ సుషుమ్న మూలాధారమునుండి తిరిగి వెళ్లునపుడి తన తోడ నుండెడు నిడ పింగళయను నిరుచేడియల నిరుప్రక్కల

నక్కడ విడచి యూర్ధ్వముఖవ్యాపినియై శిరస్సునకు బోవును. మఱియు బసిబిడ్డలు గర్భములో నున్న కాలమందు దల్లి భుజించిన యన్నపానాదుల రసమును దమనాభియం దుండెడితీగెగుండ గ్రహించి యందువలన వృద్ధి బొందెదరు. భూపతన మయిన తోడ్తోడన నాతీగెను గోయుదురు. గర్భమందున్న కాలములో వాగింద్రియవ్యాపారము లేదు. నోటితో దినుటయును లేదు. ఈ తీగెయె రసగ్రహమునకాధారము. ఈనాభినాళమును నవద్వారముల కంటె మించిన మొక ద్వారమని చెప్పుదురు.

శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసలును, శమ దమ ఉపరతి తితీక్ష శ్రద్ధ సమాధానములను షడ్గుణ సంపత్తియును, సర్వభూత దయాళుత్వమును, యమని యమంబులను, గలిగినచో సహస్రారకమలము వికసించి తోడ్తోడన విజ్ఞానము కలుగును. అందువలను ముక్తియును గలుగను. ఇంద్రియసుఖమే పరమార్ధము కాదు. కనుక విషయములకు లోబడక విజ్ఞానమును సంపాదించవలయును.

వీణెకు తంతెలవలె నీవీణాదండమునకు గుదస్థానమునుండి కపాలము వఱకు నొకటి మీద నొకటిగా మూలాధారమే స్వాధిష్ఠానము మణిపూరకము అనాహతము విశుద్ధము ఆజ్ఞేయము సహస్రారము ననెడు సప్తచక్రంబులు కలవు. అందు మొదటియాఱును షట్కమలములని యెన్నబడును. సుషుమ్నానాడి యీయాఱుకమలముల గుండ సంచరించును గనుక నీయాఱుకమలములకును సుషుమ్నానాళమందలి నాడులతో సంబంధము గలదు. అనుభవమున నీవిషయము యోగులకు జక్కగా దెలియును.

నోట్ : ఈ మూలాధారాది కమలములు స్థూల శీరరము నందు మాత్రమే కలము. సూక్ష్మ శరీరము కారణ శరీరము మహాకారణ శరీరములందు కనుబడవు. మఱియు స్థూల శరీరము నందయినను కోసితే కనుబడవు. కుండలినీశక్తిని నిదురలేపి పెకళించి చూచితే అనుభవమునకు గోచరమగును. ఇందలి యేడు చక్రంబులకును యేడు గ్రహములకును సంబంధమని తెలియునది.

0 మూలాధార చక్రము యొక్క అగ్రకోణమందు అనగా మధ్యను కుండలినీశక్తి యుండను. మూలాధారమునకు అధోకుండలియనియు భ్రూమధ్యమునకు

ఊర్ధ్వకుండలి యనియు చెప్పుదురు. విషయలోలులయి యుండు జనులందరికి మూలాధారమందు కుండలినీ శక్తి యొక్క తలయు భ్రూమధ్యమందు తోకయునుండును. మనస్సు అధోముఖవ్యాప్తియై యుండును. విజ్ఞానము గలవారికి భ్రూమధ్యమందు కుండలీనశక్తి యొక్క తలయు మూలాధారమందు తోకయు నుండును. ఈ కుండలినే సర్పాకారమని చెప్పుదురు.

షట్కమలములు

1. మూలాధారము – స్థూల శరీరంబునందు గుదస్థానముకంటె రెండంగుళంబుల మీదను లింగస్థానమునకంటె రెండంగుళంబులు క్రిందను అగ్రకోణము అథోముఖముగా గల మూడు కోణంబులతో శరీరమునకు మధ్యను మూలాధార చక్రమున్నది. అందు నాలుగు దళములు గల కమలముండును. వ శ ష స అనెడు నాలుగును బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతి యగుగణపతికి అజపా గాయత్రీ మంత్ర జపమున 600 హంసలు సమర్పించబడును. ఇది పృథివికి స్థానము గాన దీనికిని ముక్కునకును సంబంధము. ఇది మలవిసర్జనకు గారణము. (చూడుము – హంస విషయము)

2. స్వాధిష్ఠానము – మూత్ర ద్వారమందు ఆఱుదళములు గల కమలముండును. బ భ మ య ర ల అనెడు నాఱును బీజములు; ఈ కమలమున కధిపతి యగు సరస్వతితో గూడియుండు బ్రహ్మకు అజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున 6000 హంసలు సమర్పింపబడును. ఇది జలమునకు స్థానముగాన దీనికిని నాలుకకును సంబంధము. ఇది మూత్ర విసర్జనకు శుక్ల శోణితముల విసర్జనకు గారణము.

3. మణిపూరకము : నాభియందు బదిదళములు గల కమలముండును. డ ఢ ణ త థ ద ధ న ప ఫ అనెడు పదియును బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతి యగు లక్ష్మితో గూడియుండు విష్ణువుకు నజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున 6000 హంసలు సమర్పింపబడును. ఇది అగ్నికి స్థానము

గాన, దీనికిని గన్నులకును సంబంధము. ఇందలి యగ్ని భుజించిన సమస్త పదార్థములను జీర్ణము చేయును. ఇదియే చిత్తమునకు స్థానము.

4. అనాహతము – వృక్షస్థలమందు రొమ్మెముకకును వీణాదండమునకు మధ్యనుండెడి హృత్పద్మము. ఇది పంద్రెండు దళములు గల కమలము. క ఖ గ ఘ ఙ చ ఛ జ ఝ ఞ ట ఠ అనెడు పంద్రెండును బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతి యగు పార్వతితో గూడియుండు రుద్రునకు అజపా గాయత్రీ మంత్ర జపమున 6000 హంసలు సమర్పించబడును. ఇది వాయువునకు స్థానము గాన, దీనికిని త్వగింద్రియమునకును సంబంధము. ఇదియె ప్రాణవాయు సంచారమునకును అహంకారమునకు స్థానము.

"పద్మకోశ ప్రతీకాశం హృదయం చా వ్యధోముఖం
అథో నిష్యావితస్యాంతు నాభ్యా ముపరి తిష్ఠతి
హృదయం త ద్విజానీయా ద్విశ్వస్యాయతనం మహత్"

– తైత్తిరీయోపనిషత్

కంఠమునకు గ్రిందుగను బొడ్డునకు జానెడు మీదుగ నుండి యథోముఖముగా వ్రేలాడు మాంసపిండ మగుహృత్పద్మమందు బరమాత్మ యున్నాడు.

"అనాహతస్య శబ్దస్య తస్య శబ్దస్య యో ధ్వనిః
ధ్వనే రంతర్గతం జ్యోతిర్జ్యోతి రంతర్గతం మనః
తన్మనో విలయం యాతిత ద్విష్ణోః పరమం పదం" ॥

కొట్టబడకయే మ్రోగుచుండెడు అనాహతమందు శబ్దము పుట్టును. ధ్వని యుండుట వలన శబ్దము కలుగును. ధ్వనియందు వెలుగును, ఆ వెలుగునందు మనస్సు నున్నవి. మనోలీన మైనచో ముక్తి కలుగును. దీనినే యమనస్క మనియు చెప్పుదురు.

మనసును స్వాధీనము చేసికొనుటకు మున్ముందుగా ననాహతమందు దృష్టిని నిలిపినచో శబ్దమంతయు నణగి ప్రణవనాద మను ధ్వని వినబడును. అట్టులభ్యాసము చేయంజేయును బ్రణవనాదము తగ్గి స్వప్రకాశము

కనబడును. దీనినే ఆత్మజ్యోతి అని చెప్పుదురు. పిమ్మట హిరణ్మయకోశమగు మనస్సు యొక్క నిజ స్వరూపము తెలియును. అప్పటికిని సాత్వికాహంకార ముండును. మనస్సు పరబ్రహ్మమును జూడలేకపోయినను బరబ్రహ్మమందైక్య మగును. ఈ చక్రమందు గొట్టబడకయే దశవిధ ప్రణవనాదములు మ్రోగుచుండును గనుక అనాహత చక్రమని చెప్పబడుచున్నది. ఈ నాదానుభవము యోగాభ్యాసము గలవారికే తెలియును. నాదమనగా మూలాధారమునుండి హృదయమున బుట్టిన సంగీత ధ్వని. కుండలీయోగము చేత నాదబ్రహ్మమును లేపి యానందమును జెందవలయును.

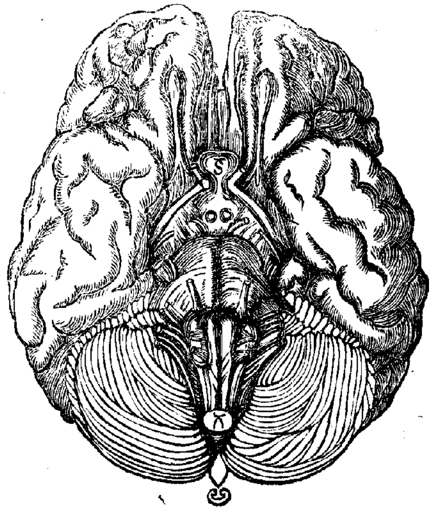
5. విశుద్ధము – కంఠస్థానమందు బదియాఱు దళములు గలకమలముండును. "అ ఆ ఇ ఈ ఉ ఊ ఋ ౠ ఌ,ౡ ఏ ఐ ఓ ఔ అం అః" అను పదునాఱును బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతియగు నీశ్వరునకు నజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున 1000 హంసలు సమర్పింపబడును. ఇది యాకాశాంశము గాన జెవులతో సంబంధము గలిగియుండును. ఇదియె మనస్సునకు స్థానము. సమస్త భూతములయందుండెడి యాత్మ స్వరూపమే కృష్ణుడనియు నా కృష్ణుడు సహస్రారమందుండుననియు విశుద్ధ చక్రంబునందలి పదియాఱు దళంబులను వీక్షించుచుండుననియు నీపదియాఱు దళంబులే పదియాఱువేల గోపికలనియు నీవీక్షణవలననే కృష్ణుడు గోపికలతో బొందెననియు నాకృష్ణుడస్ఖలిత బ్రహ్మచారి యనియు సదోపవాసియనియు జెప్పుదురు.

> "దంతములు జిహ్వ కుత్తుక తాలుతలము
> కంఠ నాళంబు హృదయం బగణ్యచరిత
> మఱలి లోబడి యెచటికి మనసు మెలగె
> డాగ దప్పక యచటను నాగవలయు"

ఇందలియర్థమును బెద్దలవలన దెలిసికొని యాసుఖమునను భవింపవలయును.

6. ఆజ్ఞా చక్రము – భ్రూమధ్యమందు రెండు దళములు గల కమలముండును. హం క్షం యనునవి బీజములు. ఈ కమలమున కధిపతియగు సదాశివునకు

నజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున 1000 హంసలు సమర్పింపబడును. ఇది బుద్ధికి స్థానము. మనస్సునకు గంఠము స్థానమైనను సకలేంద్రియ వ్యాపారములు చేయుటయందు ఆజ్ఞా చక్రమునకు వచ్చును గనుక, మనసునకు విషయములగు సంకల్పవికల్పములే యీ చక్రమునకు రెండుదళములని చెప్పబడెను. మొదటియైదు చక్రములయందు హఠయోగులు క్రమక్రమముగ మనసు నిలిపి వాయునిరోధము చేసి అభ్యసించెదరు. రాజయోగులు ఆజ్ఞా సహస్రార చక్రములయందే అభ్యాసము చేసెదరు. ఇదియే ముక్తికాంతకు స్థానము. ఇచ్చటి ముక్తి కాంత లేక జ్ఞాన కాంతతో సంయోగమే జీవన్ముక్తి. ఇదియె జీవేశ్వరైక్యము. దీనినే త్రినేత్రమనియు జెప్పుదురు.



ఈ సహస్రార కమలమందుండెడి యక్షరములలో,

క – ఇది మనస్సును సహస్రారచక్రమందు నిలుపవలసిన స్థానము. మున్ముందుగా మనస్సును విషయములనుండి మఱలించి అభ్యాసమందు ఆజ్ఞా చక్రమున నిలిపి పిమ్మట సహస్రార చక్రమందలి యీ స్థానమందు నిలుపుట కభ్యాసము చేయగ వృత్తిరహితమగును.

ఆరూఢియందు విదేహముక్తి కలుగును.

గ – ఇది సహస్రారకమలము యొక్క యగ్రముననుండెడి కేసరముల మధ్యనుండు దుద్దు. హంస యీ దుద్దుపై నుండిన స్వప్నావస్థయగును.

అ – ఇది హంస పద్మనాళమున దిగుటకు మార్గము. యీ నాళమున దిగిన సుషుప్త్యవస్థయగును.

ఈ పద్మమును విడుచుటయే తురీయము. అదియే సన్యాసము.

సహస్రారము – ఈ కమల మాజ్ఞాచక్రమునకు మీదుగ గపాలకుహర మందుండును. ఈ కమలమున కెనిమిది దళములు గలవు. ఒక్కొక్క దళమునందు 125 ఱేకులు. అట్లు కమలమునకు 1000 ఱేకులు కలిగియుండును. ఈ చక్రాధిపతియగు పరమాత్మకు అజపా గాయత్రీ మంత్ర జపమున 1000 హంసలు సమర్పింపబడును. ఎనిమిది దళములు గలిగియుండుటచేత నష్టదళపద్మమనియు 1000 ఱేకులు కలిగియుండుట చేత సహస్రారమనియు జెప్పబడును.

గమనిక : ఈ యెనిమిది దళములయందు యెనిమిది వృత్తులు కలవు. ఆ వృత్తులను బట్టియే యెనిమిది దళములని చెప్పబడును.

"జిహ్వాగ్రే పూర్వదిగ్భాగే త్రికోణాకారమండలే
స్రవంతీ మమృతం పస్యే నేత్రాభ్యాం సునమాహితః"

– బృహోపనిషత్

" త్రిపుటీనిరసన మగుతటి
నుపజిహ్వకు సూటినుండి యుదయింపుచు దా
దపనుని పగిదిని బరగెడు
నిపుణుని గనుగొన్నవాడు నిత్యుడు రామా"

ఈ మొదలగు ప్రమాణంబులనేకంబులు గలవు. అనుభవజ్ఞులయొద్ద నీవిషయములను జక్కగ దెలిసికొని యోగానందము లేక బ్రహ్మానందమనెడి యమృతమును గ్రోలి నిత్యసుఖము ననుభవింపవలయును.

"అన్తరేణ తాలుకేయేష స్తనివావలమ్బతే సేన్ద్రయోనిః
యత్రాసౌ కేశాన్తో వివర్తతే వ్యపోహ్య శీర్షకపాలే"

– తైత్తిరీయోపనిషత్

దౌడల మధ్యను స్తనమువలెనే వ్రేలాడు మాంసఖండముందును. అది కపాలకుహరమును జీల్చుకొని వెలుపలికి వచ్చి వేరుగ గనుపడుచున్నది. ఇదియే బ్రహ్మస్వరూప ప్రాప్తికి మార్గము. దీనినే కొండ నాలుకయని చెప్పుదురు.

పరమాత్మ స్థానములు : పరమాత్మ

స్థూల శరీరమందు బొమ్మెముకకును వీణా దండమునకు మధ్యను వ్రేలాడు మాంసఖండమందుండుననియు (చూడుము – అనాహత చక్రము)

సూక్ష్మ శరీరమందు నేత్రస్థానమందుండుననియు,

(చూడుము – అక్షి విషయము)

కారణ శరీరమందు దౌడల మధ్యను వ్రేలాడు మాంసఖండమం దుండుననియు,

మహాకారణ శరీరమందు కపాలకుహరమందలి సహస్రార చక్రమందుండుననియు,

శరీరహితమందు సర్వవ్యాపకమై యంతర్బాహ్యములయందు సర్వత్ర నిండి నిబిడీకృతమైయుండుననియు బెద్దల యభిప్రాయము.

(తాలువుల మధ్యను వ్రేలాడు చుండెడి మృదువగు మాంస ఖండము నుండియే యోగానుభవము గలవారలకు సుధ (అమృతము) స్రవించుచుండును. ఆ సుధాపానమందలి నిరంతర సుఖము వారికే తెలియవలెను. గాన యిది పరమాత్మ స్థానముగా నెంచబడినది. గ్రంధ విస్తరభీతిచే నింతట విరమించితి.)

ఆజ్ఞా చక్రమునకు మీద పంద్రెండంగుళముల దూరమున సహస్రార చక్రముండుట చేత నిది ద్వాదశాంతమని చెప్పబడును. ఆజ్ఞాచక్రమునకు బైన నొక యంగుళము వఱకు శక్తియని దానిపై మూడంగుళముల వఱకు వ్యాపినియని ఆవల నాలుగంగుళముల దాక సమన యని ఆ మీద నాలుగంగుళముల వఱకు సున్మనియనియు సుషుమ్నకు బేరులు.

ఈ యష్టదళపద్మమందు

హంస తూర్పు దళము మీద వాలిన బుణ్యమతియై పుణ్యకర్మలను జేయ తలంపును,

ఆగ్నేయ దళము మీద వాలిన నిద్రాలస్యములు సోమరితనమును,

దక్షిణపు దళము మీద వాలిన గ్రూరపు బనులు చేయు తలంపును,

నైరృతి దళము మీద వాలిన బాపకర్మములను జేయు తలంపును,

పశ్చిమ దళము మీద వాలిన నాటపాటలయందు దలంపును,

వాయవ్య దళము మీద వాలిన గురువులయొద్దకి బోవలయు నను కోరికయును గమనాగమనంబులు చేయు తలంపును,

ఉత్తరపు దళము మీద వాలిన సంభోగములయందిచ్ఛయును వివిధ పదార్థముల ననుభవించవలెనను తలంపును,

ఈశాన్య దళము మీద వాలిన నన్న దానము ద్రవ్యావానము భూదానము మొదలుగా గల దానములు చేయవలయునను తలంపును,

కమల మధ్యమందుండిన వైరాగ్యము పరమోపశాంతి శమదమోపరతితితీక్షాశ్రద్ధా సమాధానములు మొదలగు సత్వగుణములును,

కమలము యొక్క యగ్రము ననగా గేసరములయందుండిన జాగ్రదవస్థయును,

ఆ కేసరముల మధ్య దుద్దుపై నుండిన స్వప్నావస్థయును,

పద్మనాళమునదిగిన సుషుప్త్యవస్థయును గలుగును.

ఈ పద్మమును విడుచుటయే తురీయము. అదియే సన్యాసము. అట్లు గాన మనస్సు నూర్ధ్వముఖవ్యాపనము చేసి మెల్లన మూలాధారంబు దాటుట వలన బృథివీతత్త్వంబు జయంబగును. పిమ్మట స్వాధిష్ఠానకమలంబునకెక్కి ఒక నిముషముండి యంతనదియు నతిక్రమించుట వలన జలతత్త్వంబు జయంబగును. అనంతరము మణిపూరక కమలంబున బ్రవేశించి యందుండెడి సమాన వాయువును గూడి యాకమలము దాటుట వలన దేజోతత్త్వంబు

జయంబగును. అంత ననాహతకమలంబు జేరియందలి ప్రాణ వాయువును గలిసి యాకమలమును దాటుటవలన వాయుతత్త్వంబు జయంబగును. విశుద్ధ కమలంబుం జేరి యందలి యుదానవాయువును గలిసి యాకమలమును దాటుటవలన నాకాశతత్త్వమ్ము జయంబగును. ఆ పిమ్మట నాజ్ఞాచక్రంబుం జేరి యందు స్థిరముగా నిలిచి మిట్టమధ్యాహ్నమందలి సూర్యునివలెనే నివాతస్థానంబు (గాలిలేనిచోటు) నందుండెడి దీపంబుం బోలియుండి యదియు నతిక్రమించుట వలన మనస్తత్వంబు జయంబగును. అందుండి మెల్లన జంద్రమండలంబు దాటుటవలన సహస్రార కమలవాసుండును గురు స్వరూపుండునగును. నాదబిందుకళలనతిక్రమించి సహస్రార కమలమందు జేరి సుఖాసీనుండై యణిమాద్యష్ట సిద్ధులను దూరశ్రవణ ఆకాశ గమనముల సిద్ధియును గలిగి నిగ్రహానుగ్రహ సామర్థ్యము గలిగి త్రికాల జ్ఞానియై సమస్త లోకములయందలి సమస్త వ్యాపారములను గరతలామలకముగా గనుగొనుచు సర్వజ్ఞుండై యుండును. ఇది సమస్త యోగములకు రాజుగా (శ్రేష్ఠమైనదిగా) నుండును గనుక రాజయోగమని చెప్పబడును. అట్టి రాజయోగ మభ్యసించి కృతార్థులు గావలయును.

"సుషుమ్నా నాడికా మధ్యే విద్యుల్లేఖేవ భాస్వరమ్"

సుషుమ్నా నాడిమధ్యయందు మెఱుపుదీగెయున్నది. ఈ మెఱుపుదీగె యందలి కాంతికే కళయనియు నాకళలో నిష్కళయే పరబ్రహ్మ స్వరూపమనియుం జెప్పుదురు.

పంచాక్షరి యందలి

స కారమే పృథివీతత్త్వమనియు నాధారచక్రమనియు,

మ కారమే యాపోతత్త్వమనియు స్వాధిష్ఠాన చక్రమనియు,

శ్శి కారమే యగ్నితత్త్వమనియు మణిపూరక చక్రమనియు,

వా కారమే వాయుతత్త్వమనియు ననాహత చక్రమనియు,

య కారమే యాకాశతత్త్వమనియు విశుద్ధ చక్రమనియు,

ఓం కారమే యాజ్ఞాచక్రమనియు

అన్నిటి సంపుటీకరణమే సహస్రారమనియు జెప్పంబడును.

అష్ట సిద్ధులు

1. అణిమ – అన్ని జంతువులకంటె స్వల్పజంతువువలె కనపడుట. తన యాకారముకంటె కొద్దియాకారము గల జీవమువలెనే యగుట. కఠినమగు రాతిలోనయినను ప్రవేశించుట.

2. మహిమ – బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వరులను త్రిమూర్తులకంటె బెద్దవాడుగా గనుపడుట. అన్నిటికంటెను ఆధిక్యతగా నుండుట.

3. లఘిమ – దూదికంటెను దేలికయైయుండుట. ఏ మాత్రమును బరువు లేకుండుట. ఆకాశగమనము కలిగియుండుట.

4. గరిమ – బరువుగల సమస్తజీవముల కంటెను సమస్త పదార్థముల కంటెను బరువైయుండుట. ఇనుముకంటెను విశేష బరువుగానుండుట.

5. ప్రాప్తి – కోరినదానినెల్ల గలుగుజేసికొనుట. తనకేయాకారము గావలెననిన నాయాకారమును బొందుట. కోరినచోటికెల్ల క్షణమాత్రములో బోవుట. కోరిన వస్తువును గాని జీవమునుగాని తనయొద్దకి దెప్పించుకొనుట.

6. ప్రాకామ్యము – ఆకాశగమనము గలిగియుండుట తన శరీరమును వదలి త్రిలోక సుందరమగు యవ్వనరూపమును దానుగోరినంత కాలము బొందియుండుట.

7. వశిత్వము – సమస్త జంతువులను దుష్టమృగములను పెద్దపులి చిరుతపులి సింహము మదగజము మొదలుగాగల యడవి జంతువులను మొసలి చేప తాబేలు మొదలుగాగల నీటి జంతువులను సర్పములు మొదలుగాగల వానిని మచ్చిక చేసి వశపఱచుకొననుట.

8. ఈశత్వము – కామక్రోధలోభమోహమదమాత్సర్యము లనెడు నరిషడ్వర్గము జయించియాధ్యాత్మికాధిభౌతికాధి దైవికములనెడు తాపత్రయములు లేనివాడై జితేంద్రియుడై యపరోక్షసాక్షాత్కారస్వానుభవము

గలిగియుండుట. భూత భవిష్యద్వర్తమానవిషయములను సర్వమును గ్రహించి యీశ్వరుని వలెనే సృష్టిస్థితిలయములకు గారణభూతుడగుట.

సప్త భూమికలు

భూమికలు జ్ఞాన భూమికలని యజ్ఞాన భూమికలని ద్వివిధము. జ్ఞాన భూమికలు ఊర్ధ్వలోకములనియు అజ్ఞాన భూమికలు అథోలోకములనియు తెలియునది.

అజ్ఞాన భూమికలు	**జ్ఞాన భూమికలు**
1. బీజజాగ్రము	1. శుభేచ్ఛ
2. జాగ్రము	2. విచారణ
3. మహాజాగ్రము	3. తనుమానసి
4. జాగ్రత్స్వప్నము	4. సత్వాపత్తి
5. స్వప్నము	5. అసంసక్తి
6. స్వప్నజాగ్రము	6. పదార్థాభావన
7. సుషుప్తి	7. తురీయము

ఇందలి యజ్ఞాన భూమికలను ముందు వివరించెద.

1. బీజజాగ్రము – స్థానము పొత్తికడుపు. లోకము అతలము. వర్ణము తెలుపు. ఇందు గొన్ని పన్నగములుండును. నామరూపక్రియారహితమును స్వప్రకాశము నఖండపరిపూర్ణ సచ్చిదానందము నగుపరబ్రహ్మమందు గలిగిన త్రిగుణాత్మకమైన ప్రకృతియనెడు తెలివి బీజరూపంబుగా నుండుటచేత బీజజాగ్రమనబడును. ఇదియే జ్ఞప్తికి నూతనావస్థ.

2. జాగ్రము – స్థానము పిఱుదులు. లోకము వితలము. చాయ నలుపు. ఆ బీజరూపమగు తెలివి ప్రపంచాభిముఖమై సంకల్పముతో గూడియుండుట.

3. మహాజాగ్రము – స్థానము తొడలు. లోకము సుతలము. రంగు పచ్చన. ఆ తెలివియే లోకవాసన ప్రబలి వివిధ విషయములయందును వేరువేరు భావనల చేత నిర్ధారణలు చేయుట మహాజాగ్రమని చెప్పంబడును.

4. జాగ్రత్స్వప్నము – స్థానము మోకాళ్లు. లోకము తలాతలము. ఇందు గులకఱాళ్లు నిండుకొనియుండును. దానవు లేలుదురు. వస్తు జాలమునందు జూచినవి చూడనివి మనసునందు సంకల్పించి వ్యర్థముగ మనోరాజ్యమేలుట జాగ్రత్స్వప్నమని చెప్పంబడును.

5. స్వప్నము – స్థానము పిక్కలు. లోకము మహాతలము. ఇది పర్వతమయము. తెలివి జాగ్రతలేనిదై కల్పితస్వరూపములను జూచియు నిజమను నమ్మిక కలుగుటయే స్వప్నము. జాగ్రతయందు రజ్జుసర్పభ్రాంతియు, శుక్తిరజిత భ్రాంతియు, నెండమావులను జూచి నీరనుకొనెడి భ్రాంతియును, గలిగినను విచారణయుండును. ఆ విచారణ చేత నిజము తెలియగలదు. స్వప్నమందు విచారణ లేదు.

6. స్వప్నజాగ్రము – స్థానము చీలమండలు. లోకము రసాతలము. చిరకాలము చూడబడకుండుట చేత స్థూల దేహపుస్ఫురణ తప్పి జాగ్రద్దశవలెనే చిరకాలానువృత్తంబగు స్వప్నమే స్వప్న జాగ్రమని చెప్పంబడును. ఇది జాగ్రద్దశయందును గలుగును.

7. సుషుప్తి – స్థాన మఱకాళ్లు. లోకము పాతాళము. పై యాఱవస్థలు యాత్మ యొక్క ప్రతిబింబ స్వరూపమగు ప్రపంచమందలి విషయసుఖములయందు మునుగుటయే సుషుప్తియని చెప్పంబడును. ఇదియే జడంబై యొప్పు జీవుని యొక్క స్థితి. అప్పుడు జీవుడు గాడాంధకారంబున మునిగియుండును.

ప్రపంచమసత్యమనియు, సత్యమగు పదార్థమేదియో తెలియక పెద్దలను వెదుకుచుండును. ప్రథమమందు నీ యజ్ఞానభూమికలను దాటినవాడై పిమ్మట జ్ఞాన భూమికలను దాటవలయును. జ్ఞాన భూమికలే ముఖ్యంబులు గనుక సప్త భూమికలని చెప్పబడును. అజ్ఞాన భూమికలందు పామరులు సంచరించెదరు. మోక్షమందపేక్ష గలవారు జ్ఞాన భూమికలందు సంచరించెదరు.

జ్ఞాన భూమికలు :

1. శుభేచ్ఛ – స్థానము బొడ్డు. లోకము భూలోకము. మనుజులకు వాస స్థానము. ఈ భూమికయందు బ్రజ్ఞయునహంకారమును లేక యుండవలయును.

2. విచారణ – స్థానము కడుపు. లోకము భువర్లోకము. ఇందు యక్షులు రాక్షసులు గంధర్వులు కిన్నెరులు కింపురుషులు సిద్ధులు మునులును నివసింతురు. సత్సాంగత్యము వైరాగ్యము కలిగి పెద్దల వలన వేదాంత శాస్త్రములను దెలిసికొనుచు శ్రవణ మనన నిధి ధ్యాసలచే నాత్మానుసంధానము చేయుట. అనగా మనస్సును వృత్తిరహితముగ నూర్ధ్వగామిగను జేసి యాజ్ఞాచక్రమందు నిలుపుటయే విచారణయనబడును.

3. తనుమానసి – స్థానము రొమ్ము. లోకము సువర్లోకము. ఇందు దేవతలు వసువులు రుద్రులు నాదిత్యులును నివసింతురు. ఇచ్చటనే చంద్రలోకమును బితృలోకమును గలవు. ఈ పై రెండు భూమికలయొక్క పూర్ణమయిన అభ్యాసము వలన విషయములలో దగులక మనసును క్షీణింపచేయుచు ఆత్మానుసంధానము చేయంజేయ మనస్సు క్రమక్రమముగా వృత్తి రహితమై విషయములకు బోక యుండును. ఇట్టులింద్రియములు విషయములును రహితమై తెలివి యభిముఖముగనుండు స్థితియే తనుమానసియనబడును.

(ఈ మూడు భూమికలే జాగ్రదవస్థయనబడును. ఇందుండు వారికి పునర్జన్మము కలదు; గాని కడుమ నాలుగు భూమికలయందు నుండువారికిక జన్మము లేదు. నాలుగవ భూమికయందుండువారికిని జన్మము కలుగదు.)

4. సత్వాపత్తి – స్థానము మెడ. లోకము మహర్లోకము. ఇందు భృగువు మొదలుగా గల ఋషులు నివసింతురు. పై మూడు భూమికల యభ్యాసము చేతను మనస్సు సంకల్ప రహితమై జ్ఞానేంద్రియ కర్మేంద్రియ విషయములనొందక యే సంకల్పమును లేక పరబ్రహ్మనిష్ఠయందే యుండును. ఇట్టి స్థితియే సత్వాపత్తి యనబడును. మనస్సు పరబ్రహ్మమును జూడనేరదు కాని పరబ్రహ్మస్వరూపము నొందును.

Mind cannot see Parabrahma
but can become Parabrahma and
dissolve itself into Parabrahma

ఈ భూమికయందు జగత్తు స్వప్నమువలె దోచును గాన నిదిస్వప్నావస్థ

యనబడును. అట్టి యనుభవము గలవాడు బ్రహ్మవిదుడని చెప్పబడును.

5. అసంసక్తి – స్థానము ముఖము. లోకము జనర్లోకము. ఇందు సనకాదులు నివసింతురు. ఈ నాలుగు భూమికల యభ్యాసము చేత మనస్సు విషయరహితమును సంకల్ప రహితమును సత్వరజస్తమోగుణరహితము నైశుద్ధ సత్వప్రధానమును గాక పరబ్రహ్మనిష్ఠయందు బట్టుతప్పక యుండును. ఇదియె సుషుప్తవ్యస్థ. అట్టి యనుభవము గలవానినే బ్రహ్మవిద్వర్యుడని చెప్పుదురు.

6. పదార్థాభావన – స్థానము భ్రూమధ్యము. లోకము తపోలోకము. ఇందు వైరాగ్యము గలవారు నివసింతురు. వీరే బ్రహ్మ మానసపుత్రులు. పై అయిదు భూమికలయభ్యాసము చేత నంతరబహిర్మధ్యదృశ్యములు లేక సమస్త వాసనాక్షయమై తనకన్యము లేక సమస్తము తన స్వరూపమేయనియు నదియె పరబ్రహ్మమనియు దలంచును. ఇదియే జీవన్ముక్తి. ఇదియే తుర్యావస్థ. అట్టి యనుభవముగలవాడు బ్రహ్మవిద్వరీయుడని చెప్పబడును.

7.తురీయము – స్థానము కపాలకుహరము. లోకము సత్యలోకము. ఈ లోకమందే యన్ని లోకములు నిమిడియున్నవి. మొదటి యాఱు భూమికల యభ్యాసము చేతను సమస్తము దన స్వరూపమనెడు వృత్తి; యనగా నఖండ పరిపూర్ణ సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మము తానే కాని, తనకంటె వేఱుకాదనెడు వృత్తి కుదురును. ఏ భేదమును లేక పరబ్రహ్మమగు తానుతానెయై యుండుననుట. అవాంగ్మానస గోచరము. ఇది తుర్యాతీతము. ఇదియె విదేహముక్తి. అట్టి యనుభవము గలవానిని బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠుడని చెప్పుదురు (అనుభవైక వేద్యము)

"ఏ మహనీయులు సప్తమ
భూమికనిం పొందువారు పుణ్యులు నాత్మా
రాములు వారలె వినుమా
రామమహాత్మ పదమందు రంజిలుదు రొగిన్ ॥"

సప్తమమగు తురీయ భూమికయందునుండు ధన్యులె పుణ్య పురుషులు నాత్మారాములు ననదగిన వారు. వారలెపుడును బరబ్రహ్మపదవియందే క్రీడించుచుందురు.

హంస విషయము

హంసయనగా ఉచ్ఛ్వాస్వనిశ్వాసంబులు. దీనికే ప్రాణమనియు చెప్పుదురు. హ కార బిందు, స కారములే హంస. హకారము శివబీజము, సకారము శక్తి బీజము, యీ రెంటి మధ్యను శివశ్శక్తులకు ఐక్యస్థానమై బిందు రూపమగు బుద్ధితత్వము ప్రకాశించుచుండును. హ కారమే శుక్లము. స కారమే రక్తము. ఈ రెంటి యొక్క సంయోగమే బిందువు. హ కారమే సూర్యనాడి లేక పింగళయని చెప్పబడి కుడి ముక్కున వాయువును పీల్చును. స కారమే చంద్రనాడి లేక ఇడయని చెప్పబడి ఎడమ ముక్కున వాయువును పీల్చును. మధ్యనుండెడి బిందువునకే తేజోనాడియని లేక సుషుమ్నయని చెప్పబడును. స కారము శక్తి బీజము గనుక బుద్ధి సకారమువైపున తిరిగినప్పుడు ప్రపంచ విషయజ్ఞానమును హ కారము వైపున తిరిగినప్పుడు నిర్విషయజ్ఞానమున్ను కలుగును. ఈ మూడే నాద బిందు కళలు. ఈ హంస ప్రకృతిమయమైన ప్రపంచ జ్ఞానము, శివ మయమైన పరబ్రహ్మజ్ఞానము అనెడు రెండు రెక్కలతో చిద్బిందు రూపమున సకల ప్రాణుల యొక్క సహస్రారకమలములయందు సంచరించుచుండును.

ఈ హంస ప్రాణవాయురూపమున ప్రత్యక్షముగ కనబడును.

ప్రాణము = లోపలికి పోయి వెలుపలికి వచ్చు శ్వాసము

1 ప్రాణము	=	4 సెకనులు
6 ప్రాణము	=	1 ఫలము లేక విఘడియ
15 ప్రాణములు	=	1 నిముషము
60 నిముషములు	=	1 గంట
24 గంటలు	=	1 దినము

కనుక దినమునకు ప్రాణములు 21600

ఈ హంసలను అజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున

ఆధారచక్రమున కధిపతియగు గణపతికి	600
స్వాధిష్ఠాన చక్రమున కధిపతియగు బ్రహ్మకు	6000

మణిపూరక చక్రమున కధిపతియగు విష్ణుకు	6000
అనాహత చక్రమున కధిపతియగు రుద్రునకు	6000
విశుద్ధ చక్రమునకధిపతియగు యీశ్వరునకు	1000
ఆజ్ఞా చక్రమునకధిపతియగు సదాశివునకు	1000
సహస్రార చక్రమునకధిపతియగు పరమాత్మకు	1000
మొత్తము	21600

ఈ ప్రకారముగ నిత్యము అజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున వారి వారికి 21600 హంసలు పంచిపెట్టగను దనకు కర్తవ్యము లేదు. జ్ఞాతమనో బుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనియెడు ఆకాశ పంచకంబును, సమాన వ్యానోదాన ప్రాణాపానంబులనియెడు వాయుపంచకంబును, శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణంబు లనియెడు అగ్ని పంచకంబును, శబ్దస్పర్శరూపరస గంధంబులనియెడు జలపంచకంబు, వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనియెడు పృథ్వీ పంచకంబును, యీ యిరువదియైదు తత్త్వంబులును సహస్రారంబున నుండెడి సుషుమ్నతో సంబంధ మగుటను బట్టి 25000 హంసలగును. అందులో 3400 కుంభకమందు నిలుచును. అది యోగులకే అనుభవనీయమును కరతలామలకంబునగును. కడమ 21600 హంసలు అజపాగాయత్రీ మంత్ర జపమున ఆయా చక్రాధి దేవతలకు సమర్పింబడును.

ఈ హంస మూలాధార స్వాధిష్ఠాన మణిపూరక అనాహత విశుద్ధ ఆజ్ఞేయంబు అనుషడాధారంబులజుట్టి తిరుగుచుండును. ఆరోహణము అవరోహణములే సోహము. కనుక నాదబ్రహ్మమును లేపి యానందించ వలయును. రేచక పూరకములే ఆరోహణ అవరోహణంబులని తెలియునది.

అజపాగాయత్రీ మంత్రజపము 21600 హంసలు ఆయా చక్రాధిదేవతలకు సమముగా బంచిపెట్టకుండుటకు కారణంబేమని విచారించినచో ఆయా చక్రములయందు సుషుమ్న యొక్క సంచారము చక్కగ తెలియగలదు. సూర్యోదయము మొదలు తిరుగ సూర్యోదయము వఱకు 21600 హంసలు సమర్పించబడును. దినమునకు 60 ఘుడియలు; 3600 విఘుడియలు. పగలు

ముప్పది ఘుడియలు; రాత్రి ముప్పది ఘుడియలు, సుషుమ్న 600 హంసల కాము మూలాధార చక్రమందుండుననియు 6000 హంసల కాలము స్వాధిష్ఠాన చక్రమందుండుననియు 6000 హంసల కాలము మణిపూరక చక్రమందుండు ననియు 6000 హంసల కాలము అనాహత చక్రమందుండుననియు 1000 హంసల కాలము విశుద్ధ చక్రమందుండుననియు 1000 హంసల కాలము ఆజ్ఞా చక్రమందుండుననియు 1000 హంసల కాలము సహస్రార చక్రమందుండుననియు అనుభవమున తెలియగలదు.

	హంసలు.	గడియలు.	గంటలు	నిముష ములు	శెకను లు.
మూలాధారము	600	౧-౪౦	0	40	0
స్వాధిష్ఠానము.	6000	౧౬-౪౦	6	40	0
మణిపూరకము.	6000	౧౬-౪౦	6	40	0
అనాహతము.	6000	౧౬-౪౦	6	40	0
విశుద్ధము.	1000	౨-౪౬౫౧	1	6	40
ఆజ్ఞేయము.	1000	౨-౪౬౫౧	1	6	40
సహాస్రారము.	1000	౨-౪౬౫౧	1	6	40
	21600	౬౦-౦	24	0	0

సూర్యోదయమెప్పుడయితే ఆ నిముషము మొదలు కాలమునేర్పరచ వలయును. సూర్యోదయము 6 గంటలకేనని యీ దిగువ ఆయాచక్రములయందు సుషుమ్న నిలుచుకాలము తెలుపబడెను. లేక సూర్యోదయము 6 గంటలకుపయిన కొన్ని నిముషములకు అగునెడల ఆ నిముషములను యీ క్రింద వివరింపబడియుండు కాలమునకు చేర్చినచో సరియైన కాలము తెలియగలదు.

		మొదలు.				వఱకు.		
		ఘం	ని	శె		ఘం	ని	శె
మూలాధారము.	ఉదయము.	6	-	-	ఉదయము.	6	40	-
స్వాధిష్ఠానము.	ఉదయము.	6	40	-	పగలు.	1	20	-
మణిపూరకము.	పగలు.	1	20	-	రాత్రి.	8	-	-
అనాహతము.	రాత్రి.	8	-	-	రాత్రి.	2	40	-
విశుద్ధము.	రాత్రి.	2	40	-	రాత్రి.	3	46	40
ఆజ్ఞేయము.	రాత్రి.	3	40	40	రాత్రి.	4	53	20
సహస్రారము.	రాత్రి.	4	53	20	ఉదయము.	6	-	-

14

హంస మూలాధారమందుండెడి కాలమందు తెలివి సహస్రారము నుండి అథో ముఖవ్యాప్తియై విషయములతో గూడుకొని వ్యవహారములను జరిపించును. ఆ పిమ్మట మూలాధార చక్రమునుండి స్వాధిష్ఠానమునకు వచ్చి మిక్కిలి జాగ్రతతో పనులు చేయించును. ఆ వెనుక స్వాధిష్ఠానమును వదలి మణిపూరకమునకు వచ్చిన తోడనే జఠరాగ్నిని ప్రజ్వరిల్లజేయును. ఆ ప్రకారము మణిపూరకమునకు వచ్చిన పిమ్మట అనగా అపరాహ్న కాలమందు పితృకార్యములయందు పిండములు పెట్టుట సర్వత్ర తెలిసిన విషయమే. మణిపూరకము నందున్న సమయమందు భుజించిన పదార్థము జీర్ణము కాగలదు. ఆ పిమ్మట అనాహతమునకు వచ్చినచో నిద్రబోవు కాలము సమీపించునని తెలియునది. యీ అనాహతమందు ప్రవేశించిన పిమ్మట మొదటి పాదము తప్ప తక్కిన మూడు పాదములు సుషుప్తి కాలమని తెలియవలెను. అందలి నాలుగవ పాదము గాఢసుషుప్తి. అనాహతమును దాటి విశుద్ధమునకు వచ్చినచో తెలివి వికసించును. ఆజ్ఞాచక్రము సహస్రారకమలములయందు సంచరించెడి కాలము మనస్సునకు విశ్రాంతిని కలుగజేసి సుఖము నిచ్చు కాలమని తెలియునది. ఈ కాలము యోగాభ్యాసము చేయుటకును మనస్సు వృత్తి రహితమై బ్రహ్మానందమును

బొందుటకును మంచి సమయము. కావున యీ కారణముల చేత ఆయా కాలములను బట్టి హంస సంచరించును గనుక అన్ని చక్రములయందు సమానముగా నుండక భేదములుగనుండెనని తెలియునది.

అక్షి విషయము

అక్షి యనగా నేత్రము. ఇంద్రియములలో ప్రధానమగు నేత్రమును గురించి చెప్పబడును.

"చక్షుర్మధ్యే స్థితం గుహ్యా మంగుష్ఠం పరమాత్మకమ్ "

నేత్రమునకు మధ్యను గోప్యముగ అంగుష్ఠమాత్రపురుషుడగు పరమాత్మయున్నాడు.

"నీల తోయద మధ్యస్థా విద్యుల్లేఖేవ భాస్వరా
నీవారశూకవ త్తన్వీ పీతాభాస్యాత్తనూపమా
తస్యా శ్శిఖాయామధ్యే పరమాత్మావ్యవస్థితః॥ "

– తైత్తిరీయోపనిషత్

నేత్రస్థానమందుండెడి నల్ల గుడ్డునకే నల్లకలువయని చెప్పుదురు. అందు మధ్యను నివ్వరిధాన్యపు ముల్లువలెనే అతి సూక్ష్మమగు రంధ్రమున్నది. అందు విద్యుల్లేఖ యనెడు మెఱుపుతీగె ప్రకాశించుచుండును. అదియే కళ. నిష్కళయే పరమాత్మ స్వరూపము. ఈ నేత్రస్థానమే పరమాత్మ స్థానమని పెద్దలు చెప్పుదురు. ఈ కళయే ముక్తికాంతయనియు జ్యోతియనియు స్వప్రకాశమనియు చెప్పుదురు. ఈ ప్రకాశమువల్లనే సూర్యునికిని ప్రకాశము కలిగినది. సూర్యునివలన చంద్రునికి ప్రకాశము కలిగినది. కావున వెలుగునకు కారణము కళలేయని తెలియునది. ఇదియే హిరణ్మయకోశము.

సూర్యుని యొక్క కాంతి తెలుపు అని సర్వత్ర తెలిసిన విషయమే. అదియే శుద్ధ సత్వ ప్రధానము. సూర్యకాంతి ప్రత్యక్షముగ తెలుపురంగు గలదైనను నిజముగ విచారించి చూడగా వివిధ రంగుల యొక్క చేరికయని తెలియగలదు.

సూర్యకాంతి ముక్కోణపు అద్దము చేత భాగించబడి వివిధ రంగులు

అయినట్లు 'నేత్రస్థానమందును 7 రంగులు గలవు.

1. ఎరుపు
2. నారింజపండు వర్ణము – ఎరుపు పసుపు కలిశిన వర్ణము.
3. పసుపుపచ్చ వర్ణము
4. ఆకుపచ్చ వర్ణము
5. నీలవర్ణము – దీనికే నల్లగుడ్డు అని చెప్పుదురు
6. సునీల వర్ణము – ఇదియే పాప
7. ఇంద్రనీల వర్ణము

(అద్దమును తెచ్చి అందులో ప్రతిబింబమును చూచినచో అన్ని రంగులు తెలియగలవు. ఈ యేడురంగులు సప్తచక్రంబులనియు అందలి కళయే సుషుమ్నయనియు నిష్కళయే పరబ్రహ్మస్వరూపమనియు పెద్దలు చెప్పుదురు – 2,3,4, రంగులు కలిపి తెలుపుగాయెన్నబడును)

ఎఱుపు – తెల్ల గుడ్డు చుట్టూ వుండేది. పృధివీ తత్త్వము, క్రియాశక్తి, బ్రహ్మ అధిదేవత, అకారం మాతృక, అన్నమయకోశము, సద్యోజాత ముఖము

తెలుపు – తెల్లగుడ్డు, ఆపోతత్త్వము, జ్ఞాన శక్తి, విష్ణు అధి దేవత, ఉకారం మాతృక, ప్రాణమయ కోశము, వామదేవముఖము.

నలుపు – తెల్లగుడ్డు మధ్య నుండు నల్లగుడ్డు. తేజోతత్త్వము, ఇచ్ఛా శక్తి, రుద్రుడు అధి దేవత, మనోమయ కోశము, తత్పురుష ముఖము

సునీలము – నల్లగుడ్డు మధ్య నుండు నీలమైన పాప. వాయుతత్త్వము, ఆది శక్తి, ఈశ్వరుడధి దేవత, అర్ధమాతృక, విజ్ఞానమయ కోశము, అఘోర ముఖము.

ఇంద్రనీలము – పాపమధ్యను వెలిగేకళ. ఆకాశతత్త్వము, పరాశక్తి, సదాశివుడు అధిదేవత, ఓంకారము మాతృక, ఆనందమయకోశము, ఈశాన ముఖము.

(ఈ అయిదురంగులు అయిదు చక్రములనియు బిందువే ఆజ్ఞాచక్రమనియు కళయే సహస్రారమనియు నిష్కళయే పరబ్రహ్మ స్వరూపమనియు తెలియునది)

నల్లగుడ్డునకే అండాండమనియు, గంగయనియు, చంద్రమండలమనియు, నాదమనియు, ఇడయనియు, కామాక్షియనియు, స్థూల దేహమనియు, జాగ్రదవస్థయనియు, తమోగుణమనియు,

పాపకే పిండాండమనియు, యమునయనియు, నీలతోయదమనియు, సూర్యమండలమనియు, బిందువనియు, పింగళయనియు, మీనాక్షియనియు, సూక్ష్మ శరీరమనియు, స్వప్నావస్థయనియు, రాజసగుణమనియు,

పాపమధ్యను వెలిగేకళకే బ్రహ్మాండమనియు, సరస్వతియనియు, విద్యుల్లేఖ యనియు, అగ్నిమండలమనియు, కళయనియు, సుషుమ్నయనియు, విశాలాక్షియనియు, కారణదేహమనియు, మహా కారణమనియు, సుషుప్త్యవస్థయనియు, తుర్యావస్థయనియు, సాత్విక గుణమనియు చెప్పుదురు.

(ఈ కళలో నిష్కళయే పరబ్రహ్మ స్వరూపము.)

పృధివ్యాపస్తేజోవాయు రాకాశములనెడు పంచభూతములు, క్రియా శక్తి జ్ఞానశక్తి యిచ్ఛాశక్తి ఆది శక్తి పరాశక్తి యనెడు పంచశక్తులును, బ్రహ్మ విష్ణు రుద్ర యీశ్వర సదాశివులనియెడి పంచదైవతములును, అకార ఉకార మకార అర్ధమాతృక ఓంకారములనియెడు పంచమాతృకలును, అన్నమయ ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయములనెడు పంచకోశంబులును, అండాండ పిండాండ బ్రహ్మాండములనియెడు అండత్రయమును, గంగాయమునా సరస్వతులనియెడు వేణీత్రయమును, సూర్యచంద్రాగ్ని మండలంబులనియెడి మండలత్రయంబును, నాదబిందు కళలు, ఇడపింగళసుషుమ్నలును, కామాక్షి మీనాక్షి విశాలాక్షియనెడు అక్షిత్రయమును, సత్వరజస్తమోగుణంబులును, మూలాధార స్వాధిష్ఠాన మణిపూరక అనాహత విశుద్ధ ఆజ్ఞేయ సహస్రారంబులని యెడు సప్తచక్రంబులును, స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరంబులనియెడు శరీరత్రయంబును, జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్తులనియెడు అవస్థా త్రయంబును, నేత్రస్థానమందె నిరూపించబడియెను. సమస్త వృత్తులును నేత్ర స్థానమందె పుట్టును. నిద్రయును సంగమమందలి కోరికయును అచ్చటనే కలుగును.

రేతోస్ఖలనము అస్థానమునందే కలుగును. కావుననే రేతోస్ఖలనమప్పుడు నీరసమును నిస్త్రాణయును నేత్రములయందు బరువును కలుగును. ఇది స్వానుభవమువల్లనే తెలియగలదు.

"అణోరణీయాన్మహతోమహీయా

సాత్మాగుహాయాం నిహితోస్యజన్తోః"

– తైత్తిరీయోపనిషత్

అతి సూక్ష్మములగు అణువులకంటె అణువును అతిస్థూలమైన మహత్తు కంటె మహత్తును అగు పరమాత్మ జంతువులయొక్క బుద్ధిగుహయందుండును.

"జాలసూర్యమరీచిస్థం యత్సూక్ష్మతరంరజః

తస్యషష్టాష్ట మోభాగః అణురిత్యభిధీయతే॥"

ఇంటికప్పులోని సందులగుండ జారెడు సూర్యకాంతిలోని నలుసు యొక్క ఆరోభాగమునకు లేక ఎనిమిదో భాగమునకు అణువని పేరు.

నేత్రమందలి పాపకు మధ్యను నివ్వరిముల్లవంటి అతి సూక్ష్మమగు రంధ్రమున్నది. ఇక్కడినుంచియే నాడులుకపాలమునకు పోవును. ఆరంధ్రమధ్య మందు ముక్తి కాంతయున్నది. ఈ నాళమే నడినాళమనియు బ్రహ్మరంధ్రమనియు మేరు శిఖరమనియు సుషుమ్న నాళమనియు చెప్పుదురు. అందుండెడి ముక్తి కాంతకే కళయనియు ఆపోజ్యోతియనియు చెప్పుదురు.

మనస్సును క్రమక్రమముగా లీనముచేసి, చూచేవాడున్ను చూడబడునదియు లేక, నిరామయుడై తుర్యావస్థను పొంది ముక్తినొంద వలయును. ఉపనిషత్తులు చదివితీమనీయు మహావాక్య విచారణ వల్ల పరబ్రహ్మ మయితిమనియు చెప్పుదురు. అది భావంబుగాని యనుభవంబు గాదు. స్త్రీని పొందితేనే ఆ సుఖము తెలియవలెను గాని కళాశాస్త్రము మొదలగు పుస్తకములు చదివినింత మాత్రముననే తెలియదు. సంగతులు మాత్రము తెలియును గాని అనుభవముండదు. అట్లే బ్రహ్మానందానుభవమును ఉపనిషత్తులు మొదలుగాగల పుస్తకములు చదివినంత మాత్రముననను, నాకు తెలుసును అని విద్యా మదము చేత చెప్పినంత మాత్రముననను, అనుభవము గలుగనేరదు గాన మనస్సును

వృత్తిరహితము చేసి యనుభవజ్ఞులు గావలయును.

Mind should be concentrated & centred at the focus.

చంద్రునికి సూర్యునివలననే కాంతి కలిగెను గాని సహజ కాంతి లేదు. ఆ సూర్యుడే పరబ్రహ్మమని కొందరు తలంచెదరు. అదియే అజ్ఞానము. సూర్యునికిని స్వతంత్ర కాంతి లేక సమస్త భూతములయందు అంతరాత్మగా వెలిగే స్వప్రకాశము వల్లనే సూర్యునికి కాంతి కలిగినది. ఈ కళయును పరబ్రహ్మమని కొందరజ్ఞులు తలంచెదరు. ఆ కళలో నిష్కళయే పరబ్రహ్మము. ఇది నిశ్చయము. అని పెద్దల యభిప్రాయము.

చిదాకాశము : ఇంద్రియ గోచరంబులగు వస్తువులు విషయంబులనంబడును. అట్టి విషయంబులందొక్కొక్కటి దెలివిచే గ్రహింపంబడియుండ నా తెలివి యా విషయంబును విడచి మఱియొక విషయమునకు పోవునపుడు పూర్వము పొందియున్న విషయంబును వదలుట చేతను, యితర విషయంబును గ్రహింపకుండుట చేతను, యీ మధ్య కాలంబున విషయంబులనంటకుండు నా తెలివికి నే రూపంచో అదియ చిదాకాశంబు స్థూలంబునకు చూచువాడు సాక్షియనియు, మనసునకగ్రముగ బుద్ధియనియు, బుద్ధికగ్రముగ ఆత్మయనియు, ఆత్మకగ్రముగ పరమాత్మయనియు పరమాత్మకగ్రముగ పరబ్రహ్మమనియు పెద్దల యభిప్రాయము.

అక్షరుడు : రక్త, శ్వేత, కృష్ణ, నీల వర్ణముల మధ్యను బ్రకాశించు ఆపోజ్యోతినే నీల తోయద మధ్యస్థమయిన విద్యుల్లేఖయనియు, అక్షరుండనియు చెప్పుదురు. ఇదియే అంతర్లక్ష్యం గగన ముద్ర, శిఖాస్థానము, అగ్ని శిఖ, సర్వసాక్షి, చిన్మయ నేత్ర స్థానము మేరు శిఖరము, కైలాసము, సత్యలోక వైకుంఠములకు స్థానము అని చెప్పుదురు.

"అధిప ఇదిమర్మ మంగధరాగ్ర మధ్య

వార్ధినడుమ కృష్ణాశ్రయ ద్వారవతిని

యాత్ముడున్నాడు సూక్ష్మ దృగ్వ్యాప్తి చేత

జ్ఞాత కలవాడవై కనుసౌజ్ఞిగాను"

ఇందలి యర్ధమును బెద్దెలవలన తెలియునది పంచముద్రలు

పంచముద్రలు

1) ఖేచరి : పర్వత గుహ ప్రదేశంబున, ఆసనంబున సమాసీనుండై పద్మాసనమునందు కూర్చొని అర్ధోన్మీలిత లోచనుండై నవద్వారంబుల జిత్తంబుచే నిరోధించి విషయములతో కూడ, ఇంద్రియములను ప్రత్యాహారము గావించి, కుండలీ శక్తిని మేల్కొల్పి, ప్రాణవాయు నిరోధము చేసి తాలువుల మధ్య ప్రదేశమున జిహ్వామూలంబు లగ్నంబగుట గావించి, బహిరంతరముల యందును ఊర్ధ్వాధోభాగంబుల యందును భావాభావ రూపంబుల యందును సంయోగింపని మనోదృష్టిన్వహించి దంతంబుల చేతం దంతంబుల స్పృశింపక మనస్సును ఊర్ధ్వముఖముగా మూర్ధ్ని యందుంచి వృత్తి రహితము చేయవలయును. ఇదియ ఖేచరి ముద్ర. ఈ ముద్ర తెలియు వఱకు అతికష్టమ నియు తెలిసిన పిమ్మట అతి సులభమనియు అనుభవజ్ఞులు చెప్పుదురు.

2. భూచరి – నేత్రములు గదలింపక నాసికాగ్రమున దృష్టి నిలుపుట.

3. మధ్య లక్ష్యము – కనులు సగము మూసి నాసికా మధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి అంతర్లక్ష్యమందు మనసును నిలుపునది.

4. షణ్ముఖి – నేత్రములు రెండు, శ్రోత్రములు రెండు, నాసికా రంధ్రములు రెండు, యీయాఱు రంధ్రములు మూసి భ్రూమధ్యమందు దృష్టిని నిలిపి నాదబిందు చిత్కళలను తెలియునది.

5. శాంభవి "అంతర్లక్ష్యం బహిర్దృష్టిర్ని మేషో న్మేషవర్జితా
ఏషాసా శాంభవీముద్రా సర్వతంత్రేషు గోపితా॥"

లక్ష్యములు మూడు విధములు :

1. **బహిర్లక్ష్యము** – నేత్రములు దెరచి మనస్సును వృత్తులకు బోనీయక యొకవస్తువుయందు గదలనీయక నిలుపుట. ఇందు దృశ్యమందు లక్ష్యమును నిలుపునది. ప్రథమమందు బహిర్లక్ష్యమును అభ్యసించునది.

2. **మధ్య లక్ష్యము** – నేత్రములదెరచి మనస్సును వృత్తులకు బోనీయక అభిముఖము చేసికొని భ్రూమధ్యమందు లక్ష్యమును నిలుపునది. ఇందు దర్శనము (చూపు) నందే లక్ష్యమును నిలుపునది. బహిర్లక్ష్యమందు నిలిచిన పిమ్మట మధ్య లక్ష్య మభ్యసించునది. ఈ రెండు లక్ష్యములందు అభ్యాసమయిన పిమ్మట అంతర్లక్ష్యమభ్యసించునది.
3. **అంతర్లక్ష్యము** – నేత్రములదెరచి శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణంబులను జ్ఞానేంద్రియములు వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలను కర్మేంద్రియములు మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులను అంతరింద్రియములు యీ పదునాలుగింద్రియములను ప్రాణాపానవ్యానోదానసమానంబులనెడి పంచప్రాణంబులను నాగకూర్మకృకుర దేవదత్త ధనుంజయులనెడి యుపవాయువులను జయించి దృష్టిని శబ్దగుణకంబును పంచ భూతాత్మకంబును అగు ఆకాశంబునందు వదలి మనస్సును వృత్తులకు బోనీయక అభిముఖము చేసికొని భ్రూమద్యమునకంతరముగా లక్ష్యమును నిలిపి అక్కడి వింతలను చక్కగ జూచునది. ఇందు ద్రష్టయందు లక్ష్యమును నిలుపునది. ఇదియ శాంభవీ ముద్ర.

ఖేచరి షణ్ముఖి శాంభవీ ముద్రలయందు అంతర్లక్ష్యమున్ను భూచరి ముద్రయందు బహిర్లక్ష్యమున్ను మధ్యముద్రయందు మధ్యలక్ష్యమున్ను ఉంచునది.

పిండోత్పత్తి

గర్భమందలి పిండము యొక్క యుత్పత్తిని గురించినది గనుక పిండోత్పత్తి యని జెప్పబడియె.

ఆరగించిన అన్నము 7 దినములకు రసమగును. రసము 7 దినములకు రుధిరమగును. రుధిరము 7 దినములకు మాంసమగును. మాంసము 7 దినములకు మేధస్సగును. మేధస్సు 7 దినములకు అస్థియగును. అస్థి 7 దినములకు మజ్జయగును. మజ్జ 7 దినములకు శుక్లశోణితములగును.

సతిపతులు రతులు సల్పగ శుక్లశోణితములు మేళనమై అయిదుదినములకు నీరుబుగ్గయగును. సంయోగమునకు కూడని దినములు బ్రహ్మచర్యము నందు జెప్పబడియె. (చూ–పుట. 55)

పది దినములకు నెత్తురై పదునేను దినములకు మాంసపు ముద్దయగును. ఇరువది దినములకు గట్టిపడి యిరువదియైదు దినములకు మనుష్యాకారం బేర్పడును. మొదటినెలయందు పంచభూతములు కూడి తల యేర్పడును. రెండవ నెలను మేదస్సు చేతులు కాళ్ళు యేర్పడి మూడవనెలను ఎముకల మజ్జ గోళ్లు వెంట్రుకలు చర్మము కలుగును. నాలుగవ నెలను అవయవములును సప్తధాతువులును అయిదవ నెలయందు చెవులు ముక్కు కన్నులు నోరు జనించి ఆకలి దప్పులు పుట్టును. ఆఱవనెలయందు కడుపు కంఠ నాళము యేర్పడి అరణియందు అగ్ని ప్రవేశించునట్లు జీవుడు గర్భరూపముగ బ్రవేశించుచున్నాడు. ఈ మాసమందే మావిచేత గప్పబడి తల్లి భుజించిన అన్నపానాదులవలన తృప్తి నొందుచుండును. ఏడవనెలయందు జనించిన, రోగియగును. ఈ మాసమందే జ్ఞానము కలుగును. ఎనిమిదవ నెలయందు కలిగిన బిడ్డ బ్రతుకదు. తల్లిగాని బిడ్డగాని మృతినొందును. తొమ్మిదవనెల యందు గర్భమందలి శిశువునకు విజ్ఞానము కలుగును. మావి యనెడు సంచియందలి నీటియందు తొణికిసలాడుచుండును. శుక్లశోణిత వికారముగ మాతృగర్భములో చిక్కుపడి జఠరాగ్ని చేతను క్రిమికీటకాదులచేతను మాతృభుక్త కటుకషాయాది పదార్థముల చేతను శ్రమనొందుచుండినను, బయలున తిరుగనభ్యాసము లేని యెలుక

తానున్న కలుగే ప్రపంచమనియు సౌఖ్యమైనదియనియు యెంచినట్లు, మాతృ గర్భకోశమే సుఖమైనదిగా తలంచి అచ్చటనే యుండ నిశ్చయించి ప్రపంచములోకి పోజాలనని పరితపించుచుండగను యగ్నిదేవుడు గర్భమందలి బాలుని యెదుట నిలచి ధైర్యము చెప్పును. "నేనగ్ని దేవుండను. సర్వాంతర్యామిని. సర్వ భక్షకుండను. నీకుభృత్యుడనై నీనేత్ర స్థానమందుండి నీవు సమస్తమును జూచునట్లు జేయగలను. వాక్కు స్థానమందుండి సంభాషించునట్లును నాభిస్థానంబు నీ జఠరాగ్ని రూపంబుగ నుండినవాడనై భుజించిన సమస్త పదార్థములు జీర్ణమగునట్లుగను నిద్రను కల్పించి సౌఖ్యము కలుగునట్లుగను జేసెదను. ఇట్టి సమర్థుడను నేను, నీకు సహాయుడనై యుండగ నీకేమి కొదువ! ప్రపంచములోకి రమ్ము. జ్ఞాన సంపన్నుడవగుదువు. నీవు మహనీయుండవు. మోక్షమును సాధించుకొనుటకు నేను సహాయుండనయ్యెదను ప్రారబ్ధవశమున నీవిట్లు జన్మించవలసివచ్చును. ఏ వారికిని విధినిదాట నశక్యంబు. చేసికొనిన వారికి చేసికొనినంత యనులోకోక్తి ననుసరించి యనుభవింపకతీరదు" అని ధైర్యము జెప్పి యంతర్ధానము నొందును. పిదప సూర్యుడు ప్రసన్నుడై ధైర్యము చెప్పును. "నేను సూర్యుడను. నీ నేత్రములకధి దేవతనై విశ్వమంతయు జూచునట్లు చేసెదను. జ్ఞానమునకు కారణభూతుడనై మోక్షమును సాధించుటయందు నీకు సహాయము చేసెదను. వెరువక ప్రపంచమునకు రమ్ము. నీవు మహనీయుండవు. నిన్ను నీవెరుగవు. కర్మ చేత నిట్లయితివి. భయమును వదలి రమ్ము." అని ధైర్యమును జెప్పి యంతర్ధానము నొందును. అనంతరము చంద్రుడు మనస్థానమందుండెదననియు, వాయువు పంచప్రాణములుగా నుండెదననియు, వరుణుడు జిహ్వయందుండెదననియు, బ్రహ్మ గుహ్యేంద్రియమందుండెదననియు, రుద్రుడు అహంకారమున కధి దేవతనై యుండెదననియు, విష్ణువు పాదముల యందుండి బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులగు పెద్దల వద్దకు నడిపించి మోక్షసాధకమందు సహాయుడనయ్యెదననియు బృహస్పతి బుద్ధియందుండి మోక్షమార్గమున సహాయుండనయ్యెదననియు దేవతలందరు ధైర్యము జెప్పెదరు. మృత్యుదేవత గుదస్థానమందుండి మలవిసర్జనమును చేయుచు సత్పథమును దప్పిననాడు చంపెదనని చెప్పినను, దేవతలందరు చెప్పిన మాటల వలన ధైర్యము గల

వాడై, పదిమాసములు నిండగను నాభినాళముద్రమముగా బలియుట చేత మాతయొక్క సమానవాయువు నిలువ తావు లేక వ్యానవాయువు చేత ద్రోయబడి తల్లి అన్న కోశములోనుండి పండినపండునకు తొడిమ దానికది సళ్లిన చందంబున జారుచుండగ నొప్పులు కనుపించును. అప్పుడు వాయువు కుంభింపబడును. అట్టి కుంభకము చేత పొరయందున్న శిశువు అధోముఖమై తెలివి నశించి కుంభకము చేతనే పొర పగిలి శిశువు భూమి మీద బడి జన్మించును.

ఋతుకాలమందలి సరిదినములయందు గర్భము నిలిచిన మొగబిడ్డలును బేసిదినములయందు గర్భము నిలిచిన యాడుబిడ్డలును కలుగుదురు.

తండ్రి యంశములు : ఎముకలు, మెదడు, వీర్యము

తల్లి యంశములు : నెత్తురు, వెంద్రుకలు, మాంసము.

సంభోగ కాలమందు బురుషునికి రాజసగుణమెచ్చిన రాజసుండును, తామస గుణమెచ్చిన తామసుండును, సత్వగుణమెచ్చిన సాత్వికుండును; స్త్రీకి రాజసగుణమెచ్చిన వ్యర్థుండును, తామసగుణమెచ్చిన క్రూరుండును, సత్వగుణమెచ్చిన తపస్సంపన్నుండును; ఉదయకాలంబున జనించిన సాత్వికుండును, మధ్యాహ్న కాలమందు జనించిన దుష్టవర్తనము గల ధూర్తుండును, అస్తమయ కాలమందు జనించిన అసురరూపుండును, రాత్రి సరిప్రొద్దున జనించిన సకల సామ్రాజ్య సంపదలు గలవాడును, వేకువజామున జనించిన దీర్ఘాయుష్మంతుడును, అగు పుత్రుండు కలుగును.

మఱియు శుక్లమధికమయిన పురుషుడును, శోణిత మధికమైన స్త్రీయును, శుక్లశోణితములు సమమైన నపుంసకుడును, గర్భమందు శుక్లశోణితములు వాయువుచే భేదింపబడెనేని ఇరువురు లేక ముగ్గురు శిశువులు కలుగుదురు.

అష్టమమాసమందు స్త్రీ పురుషులు రతిసల్పగ వీర్యమును శిశవు గుడిచి పాపకర్ముండును జాడ్యగ్రస్తుడును అగును. తొమ్మిదవ మాసమందు రమించగ పిండము గర్భముననుండి యూడిపడును.

గర్భిణి స్త్రీలు పరుగెత్తకూడదు. గోకుకొనకూడదు. వేగమున నడువ గిట్టదు.

బలువైన పనుల జేయగిట్టదు. ఋతుకాలమందలి పదియాఱవ దినమున నిలిచిన గర్భమందు బ్రహ్మవిద్యాధురంధరుడు కలుగును. తల్లి గర్భమందు పురుషుడు కుడిప్రక్కను స్త్రీ యెడమ ప్రక్క నుండుదురు.

దేహ మలములు : క్రొవ్వు, రేతస్సు, రక్తము, చీమిడి, మూత్రము, మలము, చెవి గులిమి, గోళ్లు, మురికి, కఫము, కంటి పుసి, చెమట.

జన్మములు నాలుగు విధములు :

1. జరాయుజములు – మావియందు బుట్టి మావితోనే భూమి మీద బడు మనుష్యులు పశువులు మృగములు. పుణ్యము యొక్క ఆధిక్యత చేతనిట్టి జన్మ కలుగును.
2. అండజములు – గ్రుడ్డువలన బుట్టెడు పక్షులు సర్పములు మొదలుగాగలవి.
3. స్వేదజములు – చెమట వలన బుట్టెడు నల్లి దోమ మొదలుగాగలవి.
4. ఉద్భిజ్జములు – భూమిని బగులగొట్టుకొని పైకి వచ్చెడు వృక్షములు, నేలనల్లుకొను తీగెలు మొదలుగాగలవి. పాపము యొక్క ఆధిక్యత చేత నిట్టిజన్మ కలుగును.

ఉత్తరాయణము – పుష్యమాసము మొదలు జ్యేష్టము వరకు నుండు ఆఱు మాసములు. ఇది దేవతలకు పగటి కాలము. అందువలన స్వర్గ ద్వారములు తెఱచి యుండును.

దక్షిణాయనము – మిగిలిన యాఱుమాసములు. ఇది దేవతలకు రాత్రి కాలము. అందువలన స్వర్గద్వారములు మూసియుండును.

ఉత్తరాయణమందు మృతినొందినవారు స్వర్గస్థులనియు దక్షణాయనమందు మృతినొందినవారు స్వర్గద్వారములు మూసియుండుట వలన స్వర్గస్థులు కానేరరనియు చెప్పుదురు. ఈ లోకోక్తికి నిజమైన యర్థమును యోచించవలెను. భూలోక భువర్లోక సువర్లోక మహర్లోక జనర్లోక తపోలోక సత్యలోకములు నాభి మొదలుకొని ఊర్ధ్వ భాగమందుండును. భూలోకమునకు నాభిస్తానము. సత్యలోక మన్నిటికి బైన యుండును. గనుక దీనికే ఉత్తరాయణమనియు అతల వితల సుతల తలాతల మహాతల రసాతల

పాతాళంబులు అనెడు అధోలోకములలో పాతాళము చివరనుండును. గనుక దీనికి దక్షిణాయనమనియు చెప్పుదురు. మృతినొందుట యనగా మనస్సు మగ్నతయగుట. ఉత్తరాయణమందు మనసు ఊర్ధ్వముఖ వ్యాపనముగలదై నిర్విషయమందు మగ్నతయగును. దక్షిణాయనమందు అధోముఖ వ్యాపనము గలదై విషయములయందు మగ్నతయగును. కనుక ఉత్తరాయణమందు మృతినొందినవారికి అనగా ఎవని మనస్సు ఊర్ధ్వ ముఖవ్యాపనము గలదై నిర్విషయమందు మగ్నతయగునో అట్టివానికి నిరంతరసుఖము కలుగును. అదియే స్వర్గస్థులగుట. (అనుభవనీయము)

మానుషజన్మంబు దుర్లభంబు. అందు బురుషత్వంబు దుర్గమంబు. అదియు శతవర్షపరిమితంబయిన జీవితకాలంబున నియతంబై యుండు. అందు సగమంధకారబంధుర మగు రాత్రి రూపంబున నిద్రాదివ్యవహారంబుల నిరర్థకంబయినను యిరువది సంవత్సరంబుల బాల్యయౌవన కౌమారవయో విశేషంబుల గడచును. ముప్పది సంవత్సరంబులు తృష్ణ కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యములును గలిగి అష్టపాశంబు గట్టువడి విడివడ సమర్థుండు గాక దారాపుత్రాదులు మొదలుగా గల సంసార తాపత్రయములలో జిక్కువడి గడ్డము మీసము నెరసి నరములు కీళ్లును పట్టు వదలి చెవులు వినబడక కండ్లు కనుబడక దంతములూడి అహంకారము జిహ్వా చాపల్యమధికమై దగ్గు కఫము మొదలగు వ్యాధులు గలవాడై కట్టెను పూనియైనను నడువ శక్తి లేకున్నను స్త్రీల మీదను ధనము మీదను ఆశ మాత్రము విశేషముగా గలవాడై వ్యాధుల చేతను మనోవ్యాకులము చేతను క్షీణించుచు చచ్చుచు బుట్టుచుండును.

మానుష ప్రమాణంబు 8 జానల పొడుగు. ముప్పది మూడు కోట్ల రోమంబులును, సమాన వ్యానోదాన ప్రాణాపానంబులను పంచ ప్రాణంబులను అన్నమయ ప్రాణమయమనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయములనె పంచకోశంబులును శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వా ఘ్రాణంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియములను వాక్పాణిపాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులును దశ వాయువులును డెబ్బది రెండు వేల నాడులును బది రంధ్రంబులును త్వక్చర్మ మాంస రుధిరమేదో మజ్జాస్థియనెడు సప్తధాతువులును కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యంబు

లనెడు అరిషడ్వర్గంబును నవద్వారంబులును గలిగి మాయాశరీరంబయ్యె.

జన్మములన్నియు ఋణము వల్ల నేర్పడును.

"ఋణానునబంధ రూపేణ పశు పత్నీ సుతాలయాః

ఋణక్షయే క్షయంయాంతి కాతత్రపరివేదనా"

భార్యా బిడ్డలు పశువులు ఋణమువలననే కలుగుచున్నవి. ఋణము తీరిన తోడ్తోడన యవి నశించును. పుణ్యము గలవారికి అర్చిరాదిమార్గమని, పాపము జేసిన వారికి ధూమాది మార్గమని, రెండు మార్గములు. పాపము చేసినవారు నరకమందు వసింతురు.

1. అర్చిరాది మార్గము – ఇది సగుణబ్రహ్మోపాసకులు బ్రహ్మలోకమునకు బోవు మార్గము.

   "అగ్నిర్జ్యోతి రహ శ్శుక్ల షణ్మాసా ఉత్తరాయణమ్

   తత్రప్రయాతా గచ్ఛన్తి బ్రహ్మ బ్రహ్మవిదోజనాః"

   తేజస్సు పగలు శుక్లపక్షము ఉత్తరాయణము దేవయానము ఇడానాడి తేజోమార్గము – ఈ మార్గమున బోవువారు యోగాభ్యాసము చేత వైరాగ్యము పరమోపశాంతియును కలిగి సంకల్ప రహితులయి మనస్సన్యాసము గలవారై క్రమముగా సూర్యలోకమును పొంది అనంతరము బ్రహ్మలోకము జేరి ముక్తులగుచున్నారు. దీనినే సూర్యమార్గమనియు, నివృత్తి మార్గమనియు జెప్పుదురు.

2. ధూమాది మార్గము – కర్మ చేయువారు అనగా

   "అగ్ని హోత్రం తపస్సత్యం వేదానాం చానుపాలనమ్

   ఆతిధ్యం వైశ్య దేవంచ ఇష్టమిత్యభిధీయతే "

   అగ్ని హోత్రములు తపస్సు సత్యవాక్పరిపాలన వేదపఠనము అతిథి అభ్యాగతులకు ఆతిధ్యమిచ్చుట వైశ్య దేవకర్మ చేయుట మొదలుగా గల కర్మలను జేయువారికి పితృలోకమునకు బోవు మార్గము తాము చేయు అగ్ని హోత్ర ధూమము ద్వారా కలుగును.

"ధూమో రాత్రి స్తథా కృష్ణ ష్షణ్మాసా దక్షిణాయనమ్
తత్ర చాన్ద్రమసం జ్యోతి ర్యోగీ ప్రాప్యనివర్తతే॥"

– భగవద్గీత – 8 అ. 25 శ్లో

పొగ రాత్రి కృష్ణపక్షము దక్షిణాయణము పితృయానము పింగళానాడి – యీ మార్గమున బోవు వారు చంద్రలోకమున జేరి అచ్చట పుణ్యఫవలము ననుభవించి "క్షీణే పుణ్యే మర్త్యలోకం విశన్తి" అను న్యాయము చొప్పున మేఘమందుబడి జలమై, ఆ జలరూపమున ఓషధులలో జేరి అన్నమై, తద్వారా శుక్లంబై స్త్రీ గర్భంబునంజేరి గర్భనరకమనుభవించి జననమై కర్మలు చేయుచు చచ్చుచు పుట్టు చుందురు. ఈ మార్గమున బోవు వారికి పుణ్యక్షయానంతరము పునర్జన్మ కలదు. దీనినే ప్రవృత్తి మార్గమనియు, చంద్రమార్గమనియు జెప్పుదురు.

అపరోక్ష జ్ఞానము గలవారు సాధనచతుష్టయ సంపత్తిగలవారై శ్రవణమనన నిదిధ్యాసల చేత బ్రహ్మవేత్తలై పై రెండు మార్గములను విడిచి జీవన్ముక్తులై పిమ్మట విదేహముక్తులగుదురు.

పంచీకరణము

సంఖ్యను గురించి చెప్పునది గనుక సాంఖ్యమనియు పంచమహాభూతముల యొక్క భాగములను పంచిపెట్టుటను తెలియుజేయునది గనుక పంచీకరణమనియు జెప్పెదరు.

"మాయాశ్శబళితం బ్రహ్మ, బ్రహ్మణోరవ్యక్తం, అన్యక్తానిమహత్,
మహతో అహంకారః అహంకారాత్పంచతన్మాత్రాణి, పంచతన్మా
త్రేభ్యోయ పంచమహాభూతాని, పంచమహాభూతేభ్యో అఖిలంజగత్"

నిర్గుణ సాక్షాత్కారపరబ్రహ్మస్వరూపమునందు చంద్రునియందలి చంద్రిక వలె మాయాశక్తి యుండును. అదియే మూలప్రకృతి. బహిర్ముఖ వ్యాప్తియైనప్పుడే యీ మాయాశక్తి కలదు. వృత్తిరహితమప్పుడు మాయాశక్తి లేదు. అసత్యమగు

ప్రపంచమును సత్యమని నమ్మించెడి వృత్తియే మాయ.

ఒక వస్తువుకు దగ్గఱగా వుండి చూచినపుడొక రూపమును దూరమున నుండి చూచినపుడు మఱియొకరూపమును విశేష దూరముననుండి చూచినప్పుడు యింకొొకరూపమును కలిగియుండుట మనము కన్నులారా జూచుచుంటిమి. ఒక వస్తువుయందే వివిధ రూపములుండుట నుంచి నిజమైన రూపము లేదని మనకు తెలియగలదు. ఏ వికారముతో చూచితే ఆ వికారముతో కనుబడును. వికారములు చూపునందేయున్నవి. త్రాటిని చూచి పామని భయపడినవానికి అది పాము గాదు త్రాడు అని చెప్పిన మాత్రముననే లాభముండదు. ఆ మిథ్యాస్వరూపమగు పామును చంపనుద్యోగించి కర్రను దీపమును తీసుకపోయి కర్రతో దెబ్బవేయ ఆ పాము కదలక మెదలక యుండుటను చూచి యది పాము గాదు త్రాడని భయపడినవానికి చెప్పి వానిని గూడ తీసుకపోయి చూపించగను ఆ భయము పోయి త్రాడను నిశ్చయము కలుగును. అట్లు గాక దీపమును కర్రను తీసుకపోయి వాని భయము తీర్చకనే అది పాము కాదు త్రాడని చెప్పిన వీనిని వెర్రివాడని చెప్పుదురు. వాడి భయమున్ను పోదు. స్వప్నావస్థయందు గనిన కల అసత్యమని తెలిసినను తాను నిజముగా జూచినట్లుగను పనులు అన్నియు జేసినట్లుగను కథగా జెప్పినరీతిని యీ ప్రపంచమంతయు అసత్యమనియు అబద్ధమనియు నిశ్చయముగా తెలిసినను అధ్యారోపాపవాదముగా ప్రపంచ సృష్టిని పంచీకరణమందు చెప్పవలసివచ్చెను.

ఈ మాయ త్రిగుణాత్మిక గనుక సత్వగుణము రజోగుణము తమో గుణము అను మూడు గుణములు కలది. ఈ మాయ వచ్చిన తోడనే నిర్గుణ బ్రహ్మకు సగుణ బ్రహ్మయని చెప్పవలసివచ్చెను.

సత్వగుణము – జ్ఞానసుఖములయందిచ్ఛను పుట్టించును

రజోగుణము – రాగతృష్ణలయందిచ్ఛను పుట్టించును

తమోగుణము – విపరీత జ్ఞానము నిద్రాలస్యాదులు పుట్టించును.

సత్వగుణము యొక్క ఉత్తమగతి – బ్రహ్మ, ధర్మదేవత, మహత్తు, అవ్యక్తములు కలిగెను.

సత్వగుణము యొక్క మధ్యమగతి – సోమయాజులు, ఋషులు, దేవతలు, వేదాభిమానులు, ధ్రువుడు, వర్మ, దేవతలు, పితరులు మొదలగువారు కలిగిరి.

సత్వగుణము యొక్క అధమ గతి – వానప్రస్థులు, సన్యాసులు, బ్రాహ్మణులు, విమాన సంచారులు, నక్షత్రములు, దైత్యులు మొదలగువారు కలిగిరి.

రజోగుణము యొక్క ఉత్తమగతి – గంధర్వులు, గుహ్యకులు, యక్షులు, విద్యాధరులు, అప్సరసలు మొదలుగవారు కలిగిరి.

రజోగుణము యొక్క మధ్యమగతి – రాజులు, క్షత్రియులు, రాజపురోహితులు, వాదము జేయువారు మొదలగువారు పుట్టిరి.

రజోగుణము యొక్క అధమగతి – మల్లులు, నటులు, యోధులు, జూదరులు, త్రాగుబోతులు మొదలుగవారు పుట్టిరి.

తమోగుణము యొక్క ఉత్తమగతి – చారణులు, పక్షులు, పురుషులు, రాక్షసులు, పిశాచములు, మొదలుగాగలవి కలిగెను.

తమోగుణము యొక్క మధ్యమగతి – ఏనుగు, గుఱ్ఱము, శూద్రులు, తురకలు, సింగము, పులి మొదలుగా గలవి కలిగెను.

తమోగుణము యొక్క అధమగతి – వృక్షములు, పురుగులు, తేళ్లు, చేపలు, తాబేళ్ళు, మృగములు, పశువులు, మొదలుగాగలవి కలిగెను.

సత్వగుణము – కోపము లేక, సంకల్పమును లేక, కలిమిలేములు సమముగా జూచుచు గురుసేవచేయుట. ఈ గుణములు కలిగి చచ్చినవాడు బ్రహ్మలోకమందు గాని దేవలోకమందు గాని తిరిగి పుట్టును.

రాజస గుణము – కామక్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్యములు కలిగియుండుట. మనస్తాపము కలిగియుండుట. ఈ గుణములు కలిగి చచ్చినవాడు స్త్రీ యోనియందు బుట్టును.

తమోగుణము – దయలేమి, ఆలస్యము, అలసట, జయము, అహంకారము విశేషముగా గలియుండుట, కోపమధికము ఈ గుణములు కలిగి

చచ్చినవాడు గాడిదయై పుట్టును.

(కావున సర్వకాలములయందును సాత్వికగుణమే కలిగియుండవలెను)

ఈ త్రిగుణాత్మక యగుసగుణబ్రహ్మయందు అవ్యక్తము పుట్టెను. అది య మూలప్రకృతి. ఆ అవ్యక్తమందు మహత్తత్వమును, మహత్తత్వమందు అహంకారమును, అహంకారమందు శబ్ద స్పర్శరూపరస గంధంబులనియెడు పంచతన్మాత్రలు కలిగెను. ఆ పంచతన్మాత్రల వలన బృధివ్యాపస్తేజో వాయ్వాకాశంబులనియెడు పంచభూతంబులును, ఆ పంచభూతంబుల యొక్క అన్యోన్యసమ్మేళనమువలన సమస్త జగత్తును ఏరుపడియెను.

అవ్యక్తము రెండు విధములు :

1) మాయ 2) అవిద్య

అందు మాయ శుద్ధ సత్వ ప్రధాన గనుక పరబ్రహ్మజ్ఞానమును కలుగజేయును. అవిద్య మలిన సత్వ ప్రధాన గనుక ప్రపంచ జ్ఞానమును కలుగజేసి విషయములయందు మనస్సును ప్రవేశింపజేయును. మాయా ప్రతిబింబము సర్వజ్ఞత్వాది గుణములు గల ఈశ్వరుడనియు అవిద్యా ప్రతిబింబము కించిజ్ఞత్వాదిగుణములు గల జీవుండనియు ఆ యీశ్వరునకే అవ్యాకృతుడు లేక అంతర్యామియనియు ఆ జీవునకే ప్రాజ్ఞుడనియు పారమార్థికుడనియు చెప్పుదురు. ఈశ్వరునకు మాయయే కారణ శరీరమును సుషుప్తవ్యస్థయును ఆనందమయకోశంబును అగును. జీవునకు అవిద్యయే కారణ శరీరమును సుషుప్తవస్థయును ఆనందమయకోశంబును అగును.

సగుణ బ్రహ్మము త్రిగుణములలో తమోగుణమును వీక్షించుట చేత ఆవరణశక్తి గలిగెననియు, ఆవరణ శక్తి ప్రతిబింబమే విక్షేపశక్తియనియు చెప్పుదురు.

మాయాప్రతిబింబము యీశ్వరుడనగా, మాయయందు ప్రతిఫలించిన ఆత్మయందు యీశ్వరుడు కలిగెను అని గ్రహించునది; అట్లే తక్కినవానిని గ్రహించునది. ఆత్మ యనగా సగుణ బ్రహ్మయని చెప్పుదురు.

మహదహంకారమునందు శబ్దగుణకమగు ఆకాశము కలిగెను. ఆకాశమునందు శబ్దస్పర్శగుణకమగు వాయువు కలిగెను. వాయువునందు శబ్దస్పర్శరూపగుణకమగు అగ్ని కలిగెను. అగ్నియందు శబ్దస్పర్శరూపరస గుణకమగు జలము కలిగెను. జలమునందు శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధ గుణకమగు పృథివి కలిగెను. ఆ పృథివియందు ఓషధులు కలిగెను. ఓషధుల వల్ల అన్నము కలిగెను. అన్నము వలన జీవులు వృద్ధి బొందిరి.

ఈశ్వరునికి సద్యోజాత వామదేవ తత్పురుష అఘోర యీశాన్యములనెడు అయిదు ముఖములు గలవు. అందలి యీశాన్య ముఖమందు ఆకాశము పుట్టెను. అఘోర ముఖమునందు వాయువు పుట్టెను. తత్పురుష ముఖమందు అగ్ని పుట్టెను. వామదేవ ముఖమందు ఉదకము పుట్టెను. సద్యోజాత ముఖమందు పృథివి పుట్టెను.

పంచమహాభూతములు తామస సమష్టిపంచభూతములని తామసవ్యష్టి పంచభూతములని రెండు సమభాగములుగ జేయబడెను.

పృథివి = $\frac{1}{2}$ పృథివి + $\frac{1}{2}$ పృథివి.

జలము = $\frac{1}{2}$ జలము + $\frac{1}{2}$ జలము.

అగ్ని = $\frac{1}{2}$ అగ్ని + $\frac{1}{2}$ అగ్ని.

వాయువు = $\frac{1}{2}$ వాయువు + $\frac{1}{2}$ వాయువు.

ఆకాశము = $\frac{1}{2}$ ఆకాశము + $\frac{1}{2}$ ఆకాశము.

ఈ అరభాగములలో మొదటియరభాగములు తామస సమష్టి పంచ భూతమలు. వానిని వేరుగనుంచి రెండవయరభాగములగు తామస వ్యష్టి పంచభూతములను యొక్కొక్కటి నాలుగుభాగములుగ విభజించునది.

$\frac{1}{2}$ పృథివి = $\frac{1}{8}$ పృథివి + $\frac{1}{8}$ పృథివి + $\frac{1}{8}$ పృథివి + $\frac{1}{8}$ పృథివి.

$\frac{1}{2}$ జలము = $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ జలము.

$\frac{1}{2}$ అగ్ని = $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ అగ్ని.

$\frac{1}{2}$ వాయువు = $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ వాయువు.

$\frac{1}{2}$ ఆకాశము = $\frac{1}{8}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ ఆకాశము.

ఒక భూతమునకొక పెద్ద భాగమును తక్కిన భూతముల చిన్న భాగముల నొక్కొక్కటియును కలిసి పంచీకృతమగు భూతమగును. అట్టి పంచీకృతములగు భూతములతో జేయబడినదియె కరచరణా ద్యవయవములతో గనుబడు యీ స్థూల శరీరము.

పంచీకృతపంచ మహాభూతములు } అపంచీకృత పంచమహాభూతములు.

ఆకాశము = $\frac{1}{2}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ పృథివి.

ఇందువలన మోహము, లజ్జ, భయము, ద్వేషము, రాగములు కలిగెను. సదాశివుడు అధిదేవత. పరాశక్తి.

వాయువు = $\frac{1}{8}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ పృథివి. ఇందువలన పడియుండుట, చాచుట, ముడుచుట, ఎగురుట, పరుగెత్తుటలు కలిగెను. ఈశ్వరుడు అధి దేవత. ఆది శక్తి.

అగ్ని = $\frac{1}{8}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ పృథివి ఇందువలన సంగమము, ఆలస్యము, నిద్ర, దప్పిక, ఆకలి కలిగెను. రుద్రుడు అధి దేవత. ఇచ్ఛాశక్తి

జలము = $\frac{1}{8}$ ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ వాయువు + $\frac{1}{8}$ అగ్ని + $\frac{1}{8}$ జలము + $\frac{1}{8}$ పృథివి ఇందువలన శుక్లము, రక్తము, చెమట, మూత్రము, ఉమ్మినీరు కలిగెను. విష్ణువు అధి దేవత.

జ్ఞాన శక్తి.

పృధివి = $\frac{1}{8}$ ఆకాశము+ $\frac{1}{8}$వాయువు+$\frac{1}{8}$ అగ్ని+$\frac{1}{8}$ జలము+$\frac{1}{8}$ పృధివి. ఇందువలన రోమములు, నరములు, చర్మము, మాంసము, ఎముకలు కలిగెను. బ్రహ్మ అధిదేవత. క్రియా శక్తి.

తత్త్వములు – యిరువదియైదు

1. జ్ఞాత – $\frac{1}{2}$ తమోగుణసంబంధమగు ఆకాశము. ఇదియే సమిష్టి భాగము. దీనికి సాధనము జ్ఞానము. జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు అంతరింద్రియముల యొక్క విషయవ్యాపారములను ఏ తెలివిచేతను తెలిసికొనునో ఆ తెలివియే అంతఃకరణస్థానమందున జేరి జ్ఞాతయనియు జీవుడనియు జెప్పబడును. వీనికే ప్రత్యగాత్మ, జీవసాక్షి, అంతర్యామి, పరమాత్మ యనిపేరులు. అధిదేవత కూటస్థుడు. విషయము జ్ఞేయము. సాత్వికాకాశమందలి యర్థభాగము ప్రత్యగాత్మాధి దేవతతో గూడి జ్ఞాతయందు జేరి సకలేంద్రియ ప్రభుత్వము జేయుచున్నది.

2. మనస్సు – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధ మగువాయువు. కంఠ స్థానము సాత్విక వాయువులో సగభాగముచంద్రాధి దేవతతో మనస్సునందు జేరి సంకల్పించుచున్నది.

ఆకాశపంచకం; అంతఃకరణములు; అంతరింద్రియములు.	అహంకారము.	చిత్తము.	బుద్ధి.	మనస్సు.	జ్ఞాత.
వాయుపంచకం; పంచప్రాణములు.	అపానము.	ప్రాణము.	ఉదానము.	వ్యానము.	సమానము.
అగ్నిపంచకం; జ్ఞానేంద్రియములు; మధ్యేంద్రియములు.	ఘ్రాణము.	జిహ్వ.	చక్షువు.	త్వక్కు.	శ్రోత్రము.
జలపంచకం; పంచతన్మాత్రలు.	గంధము.	రసము.	రూపము.	స్పర్శము.	శబ్దము.
పృధివిపంచకం; కర్మేంద్రియములు; బాహ్యేంద్రియములు.	పాయువు.	ఉపస్థ.	పాదము.	పాణి.	వాక్కు.

17

3. బుద్ధి – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు ఆకాశము +$\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని. ముఖము స్థానము. సాత్వికాగ్నిలో సగభాగము బృహస్పత్యాధి దేవతతో గూడి బుద్ధియందు నిలిచి మనస్సునందలి సంకల్పములను నిశ్చయిస్తున్నది.

4. చిత్తము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము. అధి దేవత జీవుడు. నాభిస్థానము. సాత్విక జలములో సగభాగము క్షేత్రజ్ఞాధి దేవతతో గూడి చిత్తమందుజేరి బుద్ధి చేసిన నిశ్చయమును ఆలోచన చేయుచున్నది.

5. అహంకారము – $\frac{1}{8}$ తమో గుణ సంబంధమగు ఆకాశము + $\frac{1}{8}$ తమో గుణ సంబంధమగు పృథివి. హృదయము స్థానము. సాత్విక పృథివిలో సగభాగము అహంకారముతో గూడి అభిమానించు చున్నది.

"హృది ప్రాణో గుదే పాన స్సమానో నాభి సంస్థితః
ఉదానః కంఠదేశస్థో వ్యాన స్సర్వశరీరగః"

6. సమాన వాయువు – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు ఆకాశము. ప్రాణాపానముల మధ్యను నాభి స్థానమందుండి భుజించిన భక్ష్యభోజ్యచోష్య లేహ్యములనెడు చతుర్విధాన్నమును జీర్ణము చేసి సప్తధాతువులకు పంచిపెట్టి దారుఢ్యమును కలుగజేయును. రాజసాకాశములో సగభాగము సమానవాయువందు జేరి జఠరాగ్నిని ప్రజ్వరిల్లజేసి చతుర్విధ పదార్థములను పచనము చేయుచున్నది.

7. వ్యానవాయువు – $\frac{1}{2}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు. ఇదియె సమిష్టి భాగము. ఈ వాయువు శరీరమందతను వ్యాపించినదై కన్నులు చెవులు కాలిమడెమలు పిరుదులు ముక్కు యీ స్థానముల యందుండి ప్రాణాపాన వాయుసంచారమును గలుగజేయును. రాజస వాయువులో సగభాగము వ్యాన వాయువందు జేరి అన్న రసమును నరములకు బంచిపెట్టును.

8. ఉదానవాయువు – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని. ఈ వాయువు కంఠస్థానమందుండి యిష్ట పదార్థములను తినుచు మ్రింగుచు అసహ్య పదార్థములను

వెలుపలికి త్రోయుచు వాగింద్రియమందు జేరి అకారాది యేబది యక్షరములను బలికించుచు వాంతి మొదలుగువానిని కలుగజేయుచుండును. రాజసాగ్నిలో సగభాగము ఉదానవాయు వందు జేరి చాచుట ముడుచుట మొదలగు వ్యాపారములను జేయించుచు సుషుమ్నానాడి ద్వారా ఊర్ధ్వ ముఖ వ్యాపనము గలదై జీవునికి పుణ్యము చేత మంచి పదవులను పాపము చేత నరకమును కలుగజేయును.

9. ప్రాణ వాయువు – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము.

"ముఖ నాసిక యోర్మధ్యే ప్రాణ స్సంచరతే సదా." – ఉత్తరగీత హృదయస్థానమందుండినదై ముక్కు రంధ్రముల గుండ ఉచ్ఛ్వాస్వ నిశ్వాసరూపములచేత 21600 హంసలుగా సంచరించును. రాజస జలములో సగభాగము ప్రాణవాయువందు జేరి నోటియందుండి ఉచ్చారణను, నాభియందుండి శబ్దమును గలుగజేయును. ముక్కునందుండి శ్వాసలకు పూరించుట రేచించుటలు జేయును. హృదయమందుండి దగ్గు మొదలుగా గల వ్యాధులు గలుగజేయును.

10. అపానవాయువు – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి. మలమూత్ర ద్వారముల యందుండును. రాజస పృథివిలో సగభాగము అపానవాయువందు జేరి అథోగమన వ్యాపారము జేయుచు మల మూత్ర శుక్లములను వెళ్లద్రోయును.

ఉపాన వాయువులు :

1) నాగము – వాక్కునందుడి మాట్లాడించును. వాంతి చేయించును.

2) కూర్మము – కన్నులు మూయుట తెరచుటలను చేతులు యిచ్చుట పుచ్చుకొనుటలయందును వ్యాపారముల జేయించును.

3) కృకురము – పాదము స్థానముగా గలదై తుమ్మించును.

4) దేవదత్తము – ఉపస్థస్థానముగా గలదై ఘోషించును.

5) ధనుంజయము – పాయుస్థానముగా గలదై ఆవలింతలు కలుగజేయును.

11. శ్రోత్రేంద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు ఆకాశము. సాత్వికాకాశములో సగభాగము దిక్కులనే అధి దేవతతో గూడి శ్రోత్రేంద్రియమందు జేరి వివిధ శబ్దములను గ్రహిస్తున్నది.

12. త్వగింద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు. సాత్వికవాయువులో సగభాగము వాయువు అను అధి దేవతతో గూడి త్వగింద్రియమందు జేరి స్పర్శలను గ్రహిస్తున్నది.

13. చక్షురింద్రియము – $\frac{1}{2}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని. ఇదియే సమిష్టి భాగము. సాత్వికాగ్నిలో సగభాగము సూర్యుడను అధి దేవతతో గూడి రూపములను జూచుచున్నది.

14. జిహ్వేంద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము. సాత్విక జలములో సగభాగము వరుణుడు అను అధి దేవతతో గూడి సప్తవిధ రసగ్రహణమును జేయును.

15. ఘ్రాణేంద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని + $\frac{1}{8}$ తమో గుణ సంబంధమగు పృథివి. సాత్విక పృథివిలో సగభాగము అశ్వినులు అను అధి దేవతలతో గూడి వాసనలను గ్రహించును.

16. శబ్దము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ

సంబంధమగు ఆకాశము. శ్రోత్రము స్థానము.

17. స్పర్శము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు. త్వక్కు స్థానము.

18. రూపము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని. నేత్రము స్థానము.

19. రసము – $\frac{1}{2}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము. ఇదియె సమిష్టి భాగ విషయము మాధుర్యముగానుండుట. జిహ్వా స్థానము.

20. గంధము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి. ఘ్రాణేంద్రియము స్థానము.

21. వాగింద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి. + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు ఆకాశము. రాజసాకాశములో సగభాగము సరస్వతియను అధి దేవతతో గూడి మాటలను పలికిస్తున్నది.

22. పాణింద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు వాయువు. రాజస వాయువులో సగభాగము ఇంద్రుడను అధి దేవతతో గూడి దానములను చేయుచున్నది.

23. పాదేంద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు అగ్ని. రాజసాగ్నిలో సగభాగము ఉపేంద్రుడు అనను అధిదేవతతో గూడి గమనాగమనములు చేయుచున్నది.

24. ఉపస్థేంద్రియము – $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి + $\frac{1}{8}$ తమోగుణ సంబంధమగు జలము. రాజసాగ్నిలో సగభాగము బ్రహ్మ అధి దేవతతో గూడి విషయానందములను గలుగజేయుచున్నది.

25. పాయురింద్రియము – $\frac{1}{2}$ తమోగుణ సంబంధమగు పృథివి. ఇదియె సమిష్టి భాగము. రాజసపృథివిలో సగభాగము మృత్యువు అను అధి దేవతతో గూడి మల విసర్జనము చేయుచున్నది.

జ్ఞాత మనోబుద్ధిచిత్తాహంకారంబులే అంతరింద్రియములు.

సమానవ్యానోదానప్రాణాపానంబులే పంచప్రాణంబులు.

శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణంబులే జ్ఞానేంద్రియంబులు.

శబ్దస్పర్శ రూప రసగంధంబులే పంచతన్మాత్రలు పంచవిషయంబులు

వాక్పాణిపాదపాయూపస్థంబులే కర్మేంద్రియంబులు

ఈ యిరువదియైదును గూడి స్థూల శరీరంబని చెప్పబడును.,

జ్ఞాత కూటస్థుడను అధి దేవత చేత బ్రేరేపింపబడి సమాన వాయువుతో గూడి శ్రోత్రేంద్రియద్వారా శబ్దములను గ్రహించుచు వాక్కు చేత పలుకుచుండును.

జ్ఞాత మనోరూపుడై చంద్రాధి దేవత చేత బ్రేరేపింపబడి వ్యానవాయువుతో గూడి త్వగింద్రియద్వారా స్పర్శలను గ్రహించుచు పాణీంద్రియము ద్వారా దాన ప్రతిగ్రహములను చేయుచుండును.

జ్ఞాత బుద్ధి రూపుడై బృహస్పత్యధి దేవత చేత బ్రేరేపింపబడి ఉదాన వాయువుతో గూడుకొని చక్షురింద్రియముద్వారా రూపములను గ్రహించుచు పాదేంద్రియము చేత గమనాగమనంబులు చేయుచుండును.

జ్ఞాత చిత్తరూపుడై క్షేత్రజ్ఞాధి దేవత చేత బ్రేరేపింపబడి ప్రాణవాయువుతో గూడుకొని జిహ్వేంద్రియము ద్వారా రసములను గ్రహించుచు గుహ్యేంద్రియము ద్వారా మూత్ర విసర్జనయు శుక్లశోణితముల విసర్జనయు చేయుచు సంభోగముల యందానందించుచుండును.

జ్ఞాత అహంకారరూపుడై రుద్రాధి దేవత చేత బ్రేరేబింపబడి అపాన వాయువుతో గూడుకొని ఘ్రాణేంద్రియము ద్వారా గంధములను గ్రహించుచు పాయురింద్రియము ద్వారా మలమును విసర్జించుచుండును.

జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు పంచప్రాణములు మనోబుద్ధులు.

యీపదు నేడింటితో గూడినది సూక్ష్మ శరీరంబు. జ్ఞాతయే కారణ శరీరంబు. సూక్ష్మ శరీరంబునకు పందొమ్మిది తత్వంబులని కొందఱు చెప్పెదరు. పైన జెప్పబడిన పదునేడును చిత్తాహంకారంబులు రెండునుగూడి పందొమ్మిది యగును.

<u>తత్త్వములు</u>	<u>అధిదేవతలు</u>	<u>విషయములు</u>
1. జ్ఞాత	కూటస్థుడు	జ్ఞేయము
2. మనస్సు	చంద్రుడు	సంకల్పవికల్పములు
3. బుద్ధి	బృహస్పతి	నిశ్చయము
4. చిత్తము	క్షేత్రజ్ఞుడు	చంచలము
5. అహంకారము	రుద్రుడు	నేననెడి అభిమానము
6. సమానవాయువు	జయుడు	ఆహారమును పచనము చేయుట
7. వ్యానవాయువు	విశ్వయోని	అన్నరసమును పంచిపెట్టుట
8. ఉదానవాయువు	అజుడు	తినుటమ్రింగుట మొ॥వి
9. ప్రాణవాయువు	విశిష్టుడు	శ్వాసరూపమున సంచరించుట
10. అపానము	విశ్వకర్త	మలములను ద్రోయుట
11. శ్రోత్రము	దిక్కులు	శబ్దములను వినుట
12. త్వక్కు	వాయువు	స్పర్శలను దెలిసికొనుట
13. చక్షువు	సూర్యుడు	దశవిధరూపములను చూచుట
14. జిహ్వ	వరుణుడు	రుచులను దెలిసికొనుట
15. ఘ్రాణము	అశ్వినులు	వాసనలను దెలిసికొనుట
16. శబ్దము	సదాశివుడు	ఏకదేశశబ్దమును దెలిసికొనుట
17. స్పర్శము	ఈశ్వరుడు	ఏకదేశ స్పర్శను దెలిసికొనుట
18. రూపము	రుద్రుడు	ఏకదేశ రూపమును దెలిసికొనుట
19. రసము	విష్ణువు	ఏకదేశ రసమును దెలిసికొనుట
20. గంధము	బ్రహ్మ	ఏకదేశ గంధమును దెలిసికొనుట

21. వాక్కు	అగ్ని	పుణ్యపాపమిశ్ర సంభాషణము
22. పాణి	ఇంద్రుడు	దానప్రతిగ్రహములు
23. పాదము	ఉపేంద్రుడు	గమనాగమనంబులు
24. గుహ్యము	బ్రహ్మ	సంయోగానందము
25. పాయువు	మృత్యువు	మలవిసర్జనము

పంచ మహాభూతముల యొక్క సమిష్టివ్యష్టిభాగముల అన్యోన్య సమ్మేళనము వలన యిరువదియైదుతత్త్వంబులు కలిగెను. యేభూతము యొక్క వ్యష్టి భాగములు ఆయాభూతము యొక్క సమిష్టి భాగముతో కలియగను యిరువదియైదు తత్త్వములు లయమై పంచమహాభూతములు నిలుచును. పృథివి జలమందును జలమగ్నియందును అగ్ని వాయువందును వాయువు ఆకాశమునందును ఆకాశమహంకారమందును అహంకారము మహత్తత్త్వమందును, మహతత్త్వము మూల ప్రకృతియందును మూల ప్రకృతి నిర్గుణ సాక్షాత్కార పరబ్రహ్మ స్వరూప మందును లయమగును.

శరీరములు

స్థూల శరీరము – త్వక్చర్మమాంసరుధిరమేధో మజ్జాస్థి యనుసప్తధాతువులతో కూడుకొని యుండునదియు మాతాపితల యొక్క శుక్లశోణితముల వలన బుట్టినదియును కరచరణాద్యయవములు గలిగి, శ్రోత్రత్వక్చర్జిహ్వా ఘ్రాణంబులు, జ్ఞాతమనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడు అంతరింద్రియంబులు, సమానవ్యానోదాన ప్రాణాపానంబులనెడు పంచ ప్రాణములు, శబ్దస్పర్శరూపరస గంధంబులనెడు పంచవిషయంబులు, వాక్పాణి పాదపాయూవస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులు, యీ యిరువదియైదింటితో గూడినదియు స్తంభమువలె ప్రత్యక్షముగ కనుబడునట్టిదియే స్థూల శరీరము.

దీనిని పొందిన

ఈశ్వరునకు	జీవునకు
1. విరాట్పురుషుడు	1. విశ్వుడు
2. వైరాజసుడు	2. చిదాభాసుడు
3. వైశ్వానరుడు	3. వ్యావహారికుడు

అని చెప్పుదురు. ఇందు జాగ్రదవస్థ; విశ్వుడభిమాని; అన్నమయ కోశము.

"పంచీకృత మహాభూత సంభవం కర్మ సంచితమ్
శరీరం సుఖదుఃఖానాం భోగాయ తనుముచ్యతే"

పంచీకరణము చేయబడిన పంచమహాభూతముల వల్ల నేరుపడి ఆగామి సంచిత ప్రారబ్ధములు గలిగినట్టి స్థూల శరీరమే సుఖదుఃఖాను భవమున కునికిపట్టు.

దీనిని పొందిన బ్రహ్మవేత్తకు ఓతయని చెప్పుదురు.

సూక్ష్మ శరీరము :

"పంచప్రాణ మనో బుద్ధి దశేంద్రియ సమనిత్వం
అపంచీకృత భూతోత్థం సూక్ష్మాంగం భోగసాధనమ్"

సమానవ్యానోదాన ప్రాణాపానంబులనెడు పంచప్రాణంబులును మనో బుద్ధులను శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వా ఘ్రాణంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియంబులును వాక్పాణి పాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులును యీ పదు నేడింటితో గూడినదియు అపంచీకృత పంచమహాభూతముల వల్ల యేర్పడినదియునగు సూక్ష్మ శరీరము సుఖదుఃఖముల ననుభవించుటకు సాధకము. దీనిని పొందిన యీశ్వరునకు హిరణ్య గర్భుడనియు, బ్రహ్మవేత్తకు అనుజ్ఞాత యనియు బేరులు. ఇందు స్వప్నావస్థ; తైజసుడభిమాని ప్రాణమయ మనోమయ కోశంబులు.

కారణ శరీరము : మలిన సత్త్వరజ స్తమోగుణాత్మకమైన యవిద్యయే కారణ శరీరము. మహదహంకారమే కారణ శరీరము.

"అనాద్యవిద్యానిర్వాచ్యా కారణోపాధిరుచ్యతే

ఉపాధిత్రయాదన్య మాత్మాన మవధారయేత్"

వాక్కు చేత జెప్పనలవికానిదియును ఆది లేనిదియు నగు జ్ఞానమే కారణ శరీరము. ఆత్మను యీ మూడు శరీరములకు విలక్షణముగా తెలిసికొనునది.

దీనిని పొందిన యీశ్వరునకు అవ్యాకృతుడనియు బ్రహ్మవేత్తకు అనుజ్ఞైకరసుడనియు బేరులు. విజ్ఞానమయ ఆనందమయ కోశంబులు.

మహాకారణము – తుర్యావస్థ, కూటస్థుడభిమాని. మలిన రహితమైన శుద్ధ మనస్సే మహాకారణ శరీరము. దీనిని పొందిన యీశ్వరునకు పరమాత్మయనియు బ్రహ్మవేత్తకు అవికల్పుడనియు చెప్పుదురు. ఈ మహాకారణ శరీరమందుండు వానికే శరీరత్రయ విలక్షుణడనియు అవస్థాత్రయ సాక్షియనియు, సర్వసాక్షి యనియు జెప్పుదురు. హిరణ్మయ కోశము. ఈ శరీరరహితమందు సాక్షిత్వము గూడను బోయి పరబ్రహ్మమం దైక్యమగును. అదియ తుర్యాతీతము.

గమనిక : మలిన రహితమైన శుద్ధ మనస్సు మహదహంకారముతో కలిసినప్పుడు దానికి మనస్సనియు జీవుడనియు చెప్పుదురు.

సాక్షిత్వమున్నంతవరకు నాలుగవ శరీరమగు మహాకారణ శరీరము న్నది. అది సాక్షిగా నుండును. ఈ సాక్షిత్వము పోయి, యైక్యమైనపు డాశరీరము కూడా బోయి పరబ్రహ్మ స్వరూపము లేక పరిపూర్ణ మగును. దీనినే యచలమ నియు జెప్పుదురు.

జహల్లక్షణము – ఒక దానిని వదిలి మఱియొకదానిని తీసికొనుట

అజహల్లక్షణము – ఒకదానికి తోడు మఱియొకదానిని తీసికొనుట

జహదజహల్లక్షణము – తనకుండిన దానిలో కొంతభాగమునను వదిలి కొంత భాగమును తీసికొనుట.

శ్రవణము – సద్గురువులవద్ద జేరి వేదాంత శాస్త్రములు వినుట

మననము – పెద్దల వలన దెలిసికొనినదానిని మనసునందు చింతనము చేయుట

నిధిధ్యాస – ఆ మననము వలన కలిగిన ప్రజ్ఞానమును నిష్ఠ చేయుట

పంచాగ్నులు – జ్ఞానాగ్ని భ్రూమధ్యమందును ఆత్మయను పదమందును; కాలాగ్ని పాదములయందు అహంయను పదమందును; క్షుధాగ్ని నాభియందును; శీతాగ్ని హృదయమందును; కోపాగ్ని నేత్రమందును యుండును.

అవస్థలు

1. జాగ్రత - శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియంబులు వాక్పాణి పాదపాయూపస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులు మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారంబులనెడు అంతరింద్రియంబులు యీ పదునాలుగింద్రియ విషయములతో గూడి ఆత్ముండు పరాశక్తి సహితుండై సుఖదుఃఖముల నెరింగెడిది జాగ్రత. నేత్ర స్థానము. ఇంద్రియములచేత సమస్త పదార్థములను తెలియడమే జాగ్రదవస్థ. దీనిని అభిమానించుకున్న జీవుడు విశ్వుడనియు, చిదాభాసుండనియు, వ్యావహారికు డనియు, మూడు విధములుగ జెప్పబడును.

"నేత్రస్థం జాగ్రతం విద్యాత్కంఠే స్వప్న సమావిశేత్

సుషుప్తి హృదయస్థంతు తురీయం మూర్ధ్న్వవస్థితః"

2. స్వప్నము - ఆ పదునాలుగింటితో ఆత్ముడు కంఠ స్థానమునకు వచ్చినప్పుడు కన్నది స్వప్నము. జాగ్రదవవస్థయందు అనుభవింపబడిన పదార్థములు జ్ఞాపకమునకు రావడమే స్వప్నము. దీనిని అభిమానించుకొనిన జీవునకు తైజసుడనియు, స్వప్న కల్పితుడనియు, ప్రాతిభాసికుడనియు మూడు విధములుగ జెప్పబడును.

జాగ్రత్స్వప్నములయందు రాగద్వేష కామ క్రోధ లోభ మోహ దంభ దర్ప మద మాత్సర్య ఈర్ష్య అసూయ అహంకార యిచ్ఛ భక్తి శ్రద్ధ సుఖ దుః ఖంబులు కలుగును.

3. సుషుప్తి – అంతఃకరణలో చిత్తాహంకారంబులను విడచి మనోబుద్ధులతో ఆత్ముడు హృదయమునకు వచ్చినప్పుడు సుషుప్త్యవస్థ. ఇంద్రియములన్ని అవిద్యలో కలియడమే సుషుప్త్యవస్థ. జ్ఞానేంద్రియములు కర్మేంద్రియములు

వ్యాపారశూన్యములైనపుడు నిద్రించుచున్నాడని చెప్పుదురు. ఇదియ సుషుప్త్యవస్థ. దీనిని అభిమానించుకొనిన జీవునికి ప్రాజ్ఞుడనియు, అవిచ్ఛిన్నుడనియు, పారమార్థికుడనియు బేరులు.

4. తుర్యము – ఈ అవస్థయందుకనినది ఏవారికిని చెప్పలేనిదే తుర్యంబు. స్థానము మూర్ధ్ని. దేవుడు గలడనెడి ఆస్తిక్యబుద్ధి గలిగి నిత్యానిత్య వస్తు వివేక జ్ఞానము గలిగియుండుటయే తురీయము.

5. తుర్యాతీయము – ఆత్ముడు ఒక్కడై మూలాధారంబునకు వచ్చినప్పుడు తన్ను దానుమఱచి పరమానంద సుఖ స్వరూపమునుండి యథా ప్రకారంబున దిరుగు. ఇదియ అమనస్కంబు. ఈ అవస్థాపంచక మార్గంబు యోగియెరుంగు. దీనికే ఉన్మన్యవస్థయనియు చెప్పుదురు.

పంచ కోశములు

కోశము= కత్తిని ఒరయును, పిండమును మావియును, కప్పియున్నట్లు కప్పెడునదియె కోశము. సంచియని చెప్పుదురు.

1. అన్నమయ కోశము –

"అన్నవికార శుక్లశోణితజన్య షడ్భావవికార సహితం

అన్నేనైవ వర్ధమానం ఇదం స్థూల శరీరమన్నమయ కోశః"

అన్నముల వలన బుట్టి అన్నమువలననే వృద్ధినొంది శుక్లశోణితముల వలన గలిగిన ఉండుట పుట్టుట పెరుగుట మాఱుట చిక్కుట నశించుట యనునాఱుభావ వికారములు గలదై స్తంభము వలె స్థూలమై ప్రత్యక్షముగ కరచరణాద్యవయవములతోను త్వక్చర్మ మాంసరుధిరమేదోస్థి మజ్జలనెడు సప్తధాతువులతోను గూడినదై సమస్తప్రాణి కోటికి కనుబడెడి స్థూల శరీరమే అన్నమయ కోశము. స్థూల శరీరము జన్మముకంటె పూర్వమందును మరణమున కుబరమందును లేదు. ఆత్మ యెల్లప్పుడు కలదు గనుక యిది యాత్మ కాదు. మాతాపితల యొక్క సంయోగమువలన కలిగి లయమగుచున్నది గనుక యాత్మ కాదు.

2. ప్రాణమయ కోశము –

"ప్రాణాదిపంచకం ప్రాణమయః కర్మేంద్రియైర్యుతమ్"

సమాన వ్యానోదాన ప్రాణ అపానంబులనెడు పంచప్రాణంబులు వాక్పాణి పాదపాయూవస్థలనెడు కర్మేంద్రియంబులు నాగకూర్మకృకుర దేవదత్త ధనుంజయులనెడు ఉపవాయువులను గూడి ప్రాణమయ కోశమనంబడు. ఇది ఘటముల వలెనే జడ స్వభావము గలిగి క్షుత్పిపాసలతోను రజోగుణ అహంకారంబుల తోను గూడుకొని యున్నందున యాత్మ కాదు.

3. మనోమయ కోశము – హంస స్వరూపంబగు ప్రాణవాయువునందు మనసు నిల్వగాను మనోమయ కోశమగును.

"జ్ఞానేంద్రియైర్మనోయుక్తం మనోమయ ఇతీరితః"

మనస్సు, శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణేంద్రియంబులు అనెడి జ్ఞానేంద్రియములైదును జేరి మనోమయ కోశమగును. నేననెడి అభిమానము గల మనస్సు జడము గనుక మనోమయ కోశము ఆత్మ కాదు. ఇందు కామక్రోధ లోభమోహమదమాత్సర్యములును వికారములును గలవు. కామక్రోధాదివృత్తులు ఒకప్పుడుండి యొకప్పుడు లేకపోతున్నవి గనుక యిది యాత్మ కాదు. సుషుప్తిలో జడమైపడియుండి అహంకారముతో గూడుకొనియున్నది గనుక యాత్మ కాదు.

4. విజ్ఞానమయ కోశము – ఆ మనస్సు చేత జ్ఞానమెరిగి ధ్యానమననాదివృత్తి కలిగినప్పుడే విజ్ఞానమయ కోశము

"బుద్ధి జ్ఞానేంద్రియైర్యుక్తం విజ్ఞానమయకోశమ్"

బుద్ధియును శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జిహ్వాఘ్రాణేంద్రియంబులనెడు జ్ఞానేంద్రియంబులైదును గూడి విజ్ఞానమయ కోశము. ఈ కోశమందు విద్యామదమును, తద్వారా మహదహంకారమును గలదు గనుక యిది యాత్మ కాదు. చిచ్ఛక్తితో గూడుకొని యుండే బుద్ధి వృత్తి జాగ్రత్స్వప్నములయందు బరిణమిస్తున్నందున యిది యాత్మ కాదు.

5. ఆనందమయకోశము – అజ్ఞానమందు పరమానందమును పొందినాను అనెడిదియె ఆనందమయ కోశము. మలిన సత్వరజస్తమో గుణాత్మికమైన

అవిద్యయే ఆనందమయ కోశము.

"ప్రియ మోద ప్రమోదవృత్తి మదజ్ఞాన ప్రధాన
మంతఃకరణం ఆనందమయ కోశ ఇత్యుచ్యతే"

ప్రియము మోదము ప్రమోదము అనెడు వృత్తులతో గూడిన యజ్ఞానమే ప్రధానముగా గల యంతఃకరణయే ఆనందమయ కోశము.

ప్రియము = పదార్థమును జూచిన మాత్రమున కలుగు సంతోషము

మోదము = తనకు లభించిన పిమ్మట గలిగిన సంతోషము

ప్రమోదము = అనుభవించిన పిమ్మట కలిగిన సంతోషము

ఈ కోశము ఘటమువలె జడమయినది గనుక యాత్మ కాదు. త్రాటిని చూచి పామని భయమును బొందినవానికి విచారణ చేత భయముదీరి సంశయము రహితమయినటుల శ్రవణ మనన నిధి ధ్యాసల చేతను నిత్యానిత్యవస్తువివేక విచారణ చేతను పంచకోశములు రహితమై సర్వసాక్షియగు ఆత్మ హిరణ్య కోశమందున్నట్లు తోచబడును. ఆ హిరణ్మయ కోశమును దాటి అమనస్కంబయినచో సాక్షిత్వము గూడబోయి పరబ్రహ్మమందైక్యమగును. అప్పుడు నిర్గుణసాక్షాత్కార పరబ్రహ్మస్వరూపము దప్ప అన్యమేమియు లేదు. చెప్పేవారును లేరు. చూచునది చూడబడునదియు లేక సమస్తము పరబ్రహ్మ స్వరూపమగును.

ఈ కోశములు యొకటొకటిగా యంతరముగానుండును. అన్నమయ కోశంబునకంతరముగా ప్రాణమయ కోశంబును, ప్రాణమయ కోశంబున కంతరముగా మనోమయ కోశమంబును, మనోమయ కోశంబున కంతరముగా విజ్ఞానమయ కోశంబును, విజ్ఞానమయ కోశంబునకంతరముగా ఆనందమయ కోశంబును ఆనందమయ కోశంబునకంతరముగా హిరణ్మయ కోశంబును గలవు. హిరణ్మయ కోశము యొక్క నాశనమప్పుడు రూపనామ క్రియా రహితమును ఆవరణ రహితమును అగు అచల పరిపూర్ణమే నిలచి యుండును.

ప్రణవ విషయము

ఓం = అ + ఉ + మ్

శ్లో॥ ప్రథమం తారకంచైవ, ద్వితీయం దండముచ్యతే
తృతీయం కుండలాకారం, చతుర్థం చార్ధచంద్రికమ్
పంచమం బిందుసంయుక్తం, ఓమితి జ్యోతిరూపకమ్ ॥

ప్రణవము అక్షరత్రయంబై మంత్రత్రయంబై నాదబిందు కళాత్మకంబై సృష్టిస్థితిలయ కారణభూతంబై విరాట్సూత్రాత్మ అంతర్యామి భావంబై శక్తిత్రయంబై యుండు.

అకారము – పీతవర్ణము, రజోగుణము, స్థూల దేహము, ఋగ్వేదము, నాదము, బ్రహ్మ, జాగ్రదవస్థ.

మకారము – కృష్ణవర్ణము, తమోగుణము, కారణదేహము, సామవేదము, కళ, మహేశ్వరుడు. సుషుప్త్యవస్థ. ఈ స్థితియందు యోగి బ్రహ్మ స్వరూపమును తనయందే కనుగొనును.

ఉకారము – శుక్లవర్ణము, సత్వగుణము. సూక్ష్మ దేహము, యజుర్వేదము, బిందువు, విష్ణు, స్వప్నావస్థ.

ఓంకారము – శుద్ధసాత్వికగుణము, మహాకారణ దేహము, అధర్వణ వేదము, సర్వసాక్షి. తుర్యావస్థ. దీనికే అర్ధమాతృక యనియు చెప్పుదురు.

(ప్రణవము అవాంగ్మానసగోచరము, అవాచ్యము. తుర్యాతీతము. ఉచ్చారణ లేదు)

శ్లో॥ అకారార్థో విష్ణు ర్జగదుదయరక్షాప్రలయకృత్ ।
మకారార్థో జీవ స్తదుపకరణం వైష్ణవమిదమ్ ।
ఉకారో నన్యార్థం నియమయతి సమ్బన్ధమనయోః ।
త్రయీసార స్త్వాత్మా ప్రణవ ఇమ మర్థం సమదిశత్ ॥

ప్రణవమందలి మూడు అక్షరములే మూడు వేదములనియు, మూడు సంధ్యలు అనియు, మూడు గుణములనియు చెప్పుదురు.

ఆశ్రమములు

బ్రహ్మచర్యము గార్హస్థ్యము వానప్రస్తము సన్యాసము అని ఆశ్రమములు నాలుగు విధములు.

1. బ్రహ్మచర్యము – బ్రాహ్మణుడు ఉపనయనము అయిన తోడనే నిత్యమును ప్రాతఃకాలమున స్నానముచేసి గురువును ఆశ్రయించి వేదమును అభ్యసించుచు అగ్నియందు సమిధా దానము చేయుట, నేలపై నిద్రించుట, భిక్షమెత్తుట, గురుశుశ్రూషలు సేయుట మొదలుగా గల పనులు చేయుచు శిఖాయజ్ఞోపవీతంబును మౌంజీ కృష్ణాజిన దండ కమండల ధరుండై వేదాధ్యయనాది సత్కర్మ సహితుడై స్త్రీ సంచారస్థలవర్జితుండై గురుగృహవాసుండై క్షౌరాదికర్మ రహితుండై యుండవలయు. సర్వకాల సర్వావస్థలయందును బరబ్రహ్మ చింతన కలిగి యుండవలయును. బ్రహ్మచర్యము = సతిని గూడకబోవుట అనియర్థము చెప్పెదరు. శిఖండికి భార్య లేదు, సతిని గూడుట లేదు. కావున దానిని బ్రహ్మచారియని చెప్పవలయును. అందువల్ల దానికిని ముక్తియుండవలయును. అట్లు ముక్తి లేదు కాబట్టి బ్రహ్మచర్యమున కదియర్థము కాదు. బ్రహ్మచర్య మనగా బ్రహ్మపదార్ధమందలి గమనము కలిగియుండుట. పరబ్రహ్మస్వరూపావలోకనమందు నడవడిక గలవాడు బ్రహ్మచారి.

2. గృహస్థాశ్రమము – గృహము అనగా భార్య. అది గలిగి వర్తించువాడు గృహస్థుడు.

   "స్నానంసంధ్యాజపోహోమ స్వాధ్యాయయో దేవపూజనమ్
   ఆతిధ్యం వైశ్యదేవంచ సత్కర్మాణి దినేదినే"

   స్నానము, సంధ్య, జపము, హోమము, స్వాధ్యాయము, దేవత పూజ, ఆతిధ్యము, వైశ్యదేవము, అనెడు సత్కర్మములును నిత్యము

చేయవలయును.

గృహస్థాశ్రమమునందున్న వాడు అతిధి వాకిట వచ్చి యుండగా యెంత ప్రియమైన వస్తువునైనను అతనికి బెట్టక భుజింపగూడదు. అతిధిపూజలను జేయవలయును.

"అతిథి ద్వారతిష్ఠంతి అపోగృహ్ణంతి యేరాః
ఆపోశనం సురాపానం అన్నం గోమాంస సన్నిభమ్"

అతిథి = ప్రతి దినము రాక, ఒక కాలమందు మాత్రము వచ్చు వాడు. బ్రతికియుండిన కాలమందే దానధర్మములు చేయవలయను. చచ్చిన వెనుక ధనము తమతోటిరానేరదు. అట్టి దానియందు ఆశపడి మోసపోయినవారై తాము కడుపార దినక చేతులారనొకరికి బెట్టక గణించెదరు. తుదకు దొంగలపాలు కాని రాజులపాలు గానియగును.

"అనిత్యాని శరీరాణి విభవో నైవశాశ్వతః
నిత్యం సన్నిహితో మృత్యుః కర్తవ్యం ధర్మ సంగ్రహః"

శరీరములనిత్యములనియు ఐశ్వర్యము శాశ్వతము కాదనియు మృత్యువు వెంటనున్నదనియు తెలిసికొని దాన ధర్మములు చేయుచుండవలయును.

"నాన్నోదక సమందనాం ద్వాదశ్యాఃనపరం వ్రతం
న గాయత్ర్యాః పరం మంత్రం న మాతుర్దేవతం పరం"

ఆకలికొనినవారికి అన్నముబెట్టి తృప్తిపఱచవలయును. దిక్కులేక చచ్చినవారికి అగ్ని సంస్కారాదికర్మలు నడుపుచు అభ్యాగతులైన యతులకు భిక్ష చేసి యర్చించుట చేతను దరిద్రులకు కావలసిన ద్రవ్యము మొదలుగునవి శక్తి కొలది యిచ్చి యాదరించుట చేతను వారలకు తృప్తిని కలుగజేయుచు ఆతురులై వచ్చిన సన్యాసులకు అన్నమును, ఉండుటకు దగిన తావును యిచ్చి వారలకు తృప్తిని గలుగజేయుచుండవలయును. అగ్నిష్టోమాదులైన యజ్ఞకర్మల

చేత దేవతలను, శ్రాద్ధములచేత పితృదేవతలను, మృష్టాన్న భోజనాదుల చేత అతిధులను ఆప్తులను తృప్తినొందించ వలయును.

జన్మయెత్తినందుకు పరోపకారమే ముఖ్యము.

"పరోపకారాయ ఫలంతివక్షాః పరోపకారాయ వహంతినద్యః
పరోపకారాయ చరంతిగావః పరోపకారార్థ మిదం శరీరమ్"

అష్ట భోగములు :

దాసోభృత్య స్సుతో బంధు ర్వస్తు వాహన మేవచ ।
ధన ధాన్య సమృద్ధిశ్చా వ్యష్ట భోగాః ప్రకీర్తితాః॥

అగ్ని హోత్ర వైశ్య దేవాదుల చేత దేవతల ఋణమును, వేదాంతర్ధములను దెలిసికొనుట చేత ఋషిఋణమును, పుత్రోత్పత్తి చేత బితృఋణమును దీరును.

3. వానప్రస్థము – తాను ముసలి వాడై తన కుమారునికి బుత్రోత్పత్తి కలిగిన పిమ్మట భార్యను పుత్రుని యొద్ద నుంచియైననున లేక ఆమెకు తన వెంట రానిష్టమైన యెడల భార్యతోనైనను వనమునకు బోయి నివసించి పర్ణశాలయైనను పర్వత గుహయైనను ఆశ్రయించి మంచు గాలి వర్షము ఎండ అగ్ని వలని భాధలను సహించుచు జరారోగంబుల చేత జిక్కి సమర్థుండుగాని సమయంబున నిరశన వ్రతుండై పంచాగ్నుల నాత్మారోపణంబు జేయుచు జితేంద్రియుడై యుండవలయును. ఈ ఆశ్రమమందు 12 సంవత్సరము లుండవలెను. అట్లు కాని యెడల యెనిమిదైనా నాలుగైనా రెండైనా ఒక సంవత్సరమైనా యుండవలయును. పిమ్మట సన్యాసాశ్రమమును స్వీకరించవచ్చును.

4. సన్యాసము – భార్యను వదిలినటువంటివాడై ఏకాకియై తల వెంద్రుకలు, గోరు మీసము వీనిని క్షౌరము చేసికొని త్రిదండము కమండలము సొరకాయ బుర్ర వీనిని ధరించి జితేంద్రియుడై

యొక్కచోట నుండక స్థిరబుద్ధి గలవాడుగాను బ్రహ్మచింత గలవాడుగాను దేశ సంచారము చేయుచు సర్వసంగములను విడిచి భుజించిన చోట శయనింపక శయనించిన చోట భుజింపక విచ్చలవిడిగా జరించుచు దేహావసానమున కెదురు చూచు చుండవలయును. ప్రాణమును కాపాడుకొనుటకు మాత్రము మితాహారమును భుజించవలెను. నిత్యము 12000 ప్రణవము జపము చేయవలయును.

త్రిదండములు – ఎవడయితే మనోవాక్కాయముల పాపకృత్యములు చేయక మనస్సును స్వాధీనము చేసికొనునో ఆతండే మూడుదండములు ధరించిన సన్యాసి. బాహ్యమునకు త్రిదండములు ధరించుట కాదు.

There shoulbe be perfect control over ones own mind.

"మహాపాతకినశ్చైవ శేషాశ్చాకార్యకారిణః
తపసైవ సుతప్తేన ముచ్యతే కిల్బిషాత్తతః ॥

పంచ మహాపాతకములైనను తపస్సు చేత నివర్తియగుచున్నవి.

పంచమహాపాతకములు – బ్రహ్మహత్య, కల్లు ద్రాగుట, బంగారము దొంగిలించుట, గురుభార్యను పొందుట, ఈనలు గురిలో నెవరితో నైన గూడియుండుట.

తే॥ కల్లుద్రావుట గురుపత్ని గవయుటయును
విప్రుజంపుట బ్రహ్మస్వవిషయమయిన
మ్రుచ్చిమియు నివిగలిగిన క్రూరజనుల
బ్రీతి బొందుటయును మహాపాతకములు – భారతము

అజ్ఞానము చేత చేయబడిన మహాపాతకములే తపస్సు చేత నివర్తియగును గాని సంకల్పము చేత తెలిసి చేయబడిన పాపములు నివర్తి కానేరవు. విజ్ఞానము వలన మహాపాపములయినను నశించును. గాని తెలిసి చేసిన పాపములకు

నివర్తి లేదు. తెలియక చేసిన బ్రహ్మహత్య, గోహత్య, స్త్రీహత్య, శిశు హత్య మొదలగు మహా పాపములు కూడ నశించును. ఈ సంగతిని మూఢులెఱుంగక భంగపడి అంగలార్చుచున్నారు.

విశ్వామిత్రుడు వినయముచేత బ్రాహ్మణత్వమును బొందెను. తల బోడి చేయించుకున్నంతమాత్రముననే సన్యాసమని చెప్పేయడల భర్త చనిపోయిన విధవలకందరికి ముక్తియని చెప్పవలయును. అట్లు చెప్పుటకు వీలు లేదు. సంకల్ప రాహిత్యముగాని సన్యాసి నీటియందు నేతి బొట్టు వలెనే విషయములలో మునిగిపోవును. రాగల ఫలమును కోరకయే కర్మను చేయుట సన్యాసము. సంకల్ప రాహిత్యమే అసంగము.

"జన్మ దుఃఖం జరాదుఃఖం జాయాదుఃఖం పునః పునః
సంసార సాగరం దుఃఖం తస్మాజ్జాగ్రత జాగ్రతః"

పుట్టుకయును ముదిమియును భార్యయును దుఃఖములకు కారణములని గుర్తెఱిగి నిత్యానిత్యవస్తువివేకము గలిగి సంసార సాగరమును దాటుటకు మార్గమును పెద్దలవలన దెలిసికొనజాలక కపట సన్యాసులు తమ భార్యలనను వదలి పరదారలను పరధనమును గ్రహింపగోరి తమలోని కపటమును దెలియనీయక తిరుగుచుండగ వారిని జూచి నిరాశకులు గదాయని పూజించుదురు. గురుగింజ దాని ముక్కనందు నలుపు గలిగి యుండురీతిని కపట సన్యాసులు వెలుపలికి యోగ్యులవలెనే కనబడుదురు. సహజామనస్క రాజయోగులును బ్రహ్మనిష్ఠాగరిష్ఠులును అగు పెద్దలు దొరకుట దుర్లభము. అట్టి పెద్దలు లభించినను శిష్యుని యొక్క అనేక జన్మములయందు చేసిన పాపము వలన కపట సన్యాసులుగానే కనుబడుదురు. అనేక జన్మార్జితపుణ్యమువలననే నిజమైన పెద్దలని తెలియగలదు. కోతికి టెంకాయ దొరికినను మధురమును గ్రహించలేదు. షండుడు రంభ సరసనున్నను రతిక్రీడల సుఖమును దెలిసికొనజాలడు. ఆవు చంటికి పిఱుదులు కప్పియుండి రక్తమును పీల్చునే గాని క్షీరమును త్రాగి మధురమును గ్రహించలేవు. అట్లే పెద్దల సాన్నిధ్యమందున్నను శిష్యుడు పాపకూపారమున బడియుండుటవలన ముక్తి కలుగదు.

సన్యాసము మూడు విధములు -

1. మందము - సంసారమందలి యుపద్రవములకు నోర్వలేకుండుట చేత సన్యసించును.
2. తీవ్రము - కర్మయబద్ధమని విడిచినవాడు

   1) కుటీచకము - భూసంచారము చేయుటకు శక్తి లేక గ్రామమందునగాని నదీతీరమందుగాని పల్లెయందుగాని పట్టణమందుగాని మఠము గట్టుకొని ఉదరపోషణముగా బోజనము చేయుచు కాషాయ వస్త్రము దండకమండలము ధరించియుండువాడు కుటీచక సన్యాసి. కర్మలను విడిచి పుత్రుని యొద్దనే భిక్షను తీసికొనుచు యింటివద్దనే యుండుట. ఇందు భుక్తి సుఖమే గాని ముక్తి లేదు.

   2) బహూదకము - గంగ గోదావరి కృష్ణ కావేరి మొదలగు పుణ్య తీర్థములయందు స్నానము చేసికొనుచు అయోధ్య మధుర కాశి కంచి అవంతిక పూరి ద్వారక మొదలగు పుణ్య స్థలముల దర్శించుచు సంచారమునకు శక్తి గలిగి యుండువాడు. తీర్థయాత్రల ఫలమేగాని ముక్తి లేదు.

3. తీవ్రతరము -

   1) హంస - అర్చిరాదిమార్గముల చేత సూర్యలోకము పొంది తద్వారా బ్రహ్మలోకము జేరి యచ్చట బ్రహ్మవిచారణ చేసి పరబ్రహ్మమందైక్యమగును.

   2) పరమహంస - జ్ఞానభూమిక లేడింటిలో మొదటి మూడు భూమికలలోనే యుండి మృతినొందిన స్వర్గలోకములయందు దేవతల చేత పూజింపబడి "క్షీణేపుణ్యేమర్త్య లోకేవిశన్తి" యను న్యాయము చొప్పున భూలోకమునకు వచ్చి స్వప్రయత్నము వలన పై భూమికలనెక్కి ముక్తుడగును. అందిచ్చగలవాడు ఆ జన్మమందు గాని మఱియొక జన్మమందు గాని పై భూమికలకు

బోగలడు. అట్లు గాక పరిపూర్ణుడు ఈ జన్మయందే విదేహ ముక్తుడగును. ఆతండే పరమహంస. అట్టివానినే బ్రహ్మవేత్తయని చెప్పుదురు.

మనోలయము స్వరూపలయమని అరూపలయమని రెండు విధములు. స్వరూపలయమును పొందినవారు జీవన్ముక్తులు. వీరు దగ్ధపటలవతుగా నుండువారు. అరూపలయమును పొందినవారు విదేహ ముక్తులు. అట్టి వారు దగ్ధపటలము గూడను లేకుండునట్లు శరీరహితమును ఆగామి సంచిత ప్రారబ్ధ నాశనమును గలవారని చెప్పబడుదురు.

ఆగామి సంచిత ప్రారబ్ధములు

సంచితము – అనేక జన్మములనుండి చేసిన పుణ్య పాప కర్మల యొక్క రాసులు. ఇదియే బీజవతుగా జన్మకు కారణము

ఆగామి – ఈ జన్మయందు బుద్ధి తెలిసిన పిమ్మట చేసిన పుణ్య పాపకర్మ. ఇదియే ముందు జన్మకు కారణమును ప్రారబ్ధమును అగును.

ప్రారబ్ధము – ఈ జన్మయందు అనుభవించుట కేర్పడిన కర్మఫలము. ఏవారికిని ప్రారబ్ధమనుభవించక తీరదనియెడులోకోక్తిని చెవులారా వినుచున్నాము. ప్రారబ్ధము స్వేచ్ఛా ప్రారబ్ధమని పరేచ్ఛా ప్రారబ్ధమని అనిచ్ఛాప్రారబ్ధమని మూడు విధములు.

"ప్రారబ్ధం భోగతో నశ్యే త్తత్వజ్ఞానేన సంచితం
ఆగామి ద్వివిధంకర్మ తద్ద్వేషీ ప్రియవాదినోః"

"హరిణాపి హరేణాపి బ్రహ్మణాపి సురైరపి
లలాట లిఖితారేఖా పరిమార్ష్టుం నశక్యతే"

చేసికొనినవారికి చేసికొనినంత యననుభవించక తీరదు.

"ధర ఖర్వాటుడొకండు సూర్యకరసంతప్త ప్రధానాంగుడై
త్వరతోడన్ బఱువెత్తి చేరి నిలిచెన్ దాళ ద్రుమచ్ఛాయద
చ్ఛిరమున్ తత్ఫలపాతవేగమున విచ్చెన్ శబ్దయోగాంబుగా

బొరి దైవోపహతుండు వోవు కడకుంబోవుం గదా యాపదల్"

బట్టతలవాడొకడు ఎండ దెబ్బవలన పరుగెత్తిపోయి యొక త్రాటిచెట్టు క్రిందవ నిలువ నాత్రాటిపండొకటి తటాలున తలపైన పడి తలబ్రద్దలయ్యెను. కనుక విధినిదాట నెవరితరము. ప్రారబ్ధ మనుభవింపక తీరదు.

మహావాక్యములు

1. ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ –

"ఏనేక్షతే శృణోతీదం జిఘ్రతీవా కరోతిచ
స్వాద్వస్వాదువిజానాతి తత్ప్రజ్ఞానమితీర్యతే"

స్వాధిష్ఠాన చిదాభాసుడైన జీవుడు కన్నులనుండి వెడలిన అంతఃకరణ వృత్తితో గూడుకొన్న ఏ జ్ఞానము చేత నేత్రమునకు విషయములగు తెలుపు, నలుపు, పసుపు, ఆకుపచ్చ, ఎఱుపు, మిశ్రము, లావు, సన్నము, పొట్టి, పొడుగు అనెడి దశవిధ రూపంబులను జూచుచున్నాడో; శ్రోత్రమునుండి వెడలిన ఏ జ్ఞానము చేత శ్రోత్రమునకు విషయములగు అకారాది షోడశ స్వరూపశబ్దంబులను వినుచున్నాడో; నాసికాద్వారములనుండి వెడలిన ఏ జ్ఞానము చేత నాసికకు విషయములగు సుగంధదుర్గంధములను గ్రహించునో; జిహ్వనుండి వెడలిన ఏ జ్ఞానము చేత నాలుకకు విషయములగు వగరు తీపి ఉప్పు కారము చేదు పులుపు అనెడి షడ్రసములను గ్రహించునో; త్వగింద్రియమునుండి వెడలిన ఏ జ్ఞానము చేత త్వగింద్రియమునకు విషయములగు శీత ఉష్ణ మృదు కఠిన స్పర్శంబులను గ్రహించునో; వాక్కు గుండా బయలువెడలిన అంతఃకరణ వృత్తితో గూడుకొన్న ఏ జ్ఞానముచేత మాట్లాడుచున్నాడో; ఏ జ్ఞానము చేత చేతులతో యిచ్చుట పుచ్చుకొనుటలు గ్రహించునో; ఏ జ్ఞానము చేత కాళ్లతో నడవడము గ్రహించునో; ఏ జ్ఞానము చేత పాయురింద్రియము ద్వారా మలవిసర్జనను తెలిసికొనునో; ఏ జ్ఞానము చేత ఉపస్థేంద్రియ మందలి విషయానందమును గ్రహించునో అదియ

ప్రజ్ఞానము. అనగా సమస్త భూతములయందు అంతరాత్మగానుండు తెలివియే ప్రజ్ఞానము. బ్రహ్మయనగా సమస్త భూతములయందు మనుష్యులయందును ఖండఖండములుగా ప్రకాశించెడు ఆత్మ స్వరూపమే బ్రహ్మస్వరూపము. చైతన్యమనినను ప్రజ్ఞానమనిననున బ్రహ్మమనినను పరబ్రహ్మమనినను ఆత్మ స్వరూపమనినను పేళ్లు మాత్రమే వేరు కాని వస్తువు యొకటియేయని తెలియునది. ఆ ప్రజ్ఞానము బ్రహ్మ స్వరూపమే గాని పరబ్రహ్మమునకు అన్యముగాదు అని యీ వాక్యము వల్ల తెలియగలదు. ఇది ఋగ్వేదవాక్యము; జాగ్రదవస్థ; స్థూల శరీరము; అన్నమయ కోశము.

2. అహం బ్రహ్మాస్మి – అహం = నేను, బ్రహ్మ = పరబ్రహ్మము; అస్మి = అయితిని. అనగా నేను అనియెడు అహంభావము పోయి పరబ్రహ్మమందైక్యమగుచున్నాను. ఇచట జీవుడే అహం శబ్దము చేత చెప్పబడుచున్నాడు. ఇది యజుర్వేదవాక్యము; స్వప్నావస్థ; సూక్ష్మ శరీరము; ప్రాణమయ, మనోమయ కోశములు.

పరిపూర్ణ పరాతేస్మిన్ దేహేవిద్యాధికారిణీ
బుద్ధిస్సాక్షి తయాస్థిత్వా స్ఫురన్నహ మితీర్యతే॥

3. తత్వమసి – తత్ = ఆ పరబ్రహ్మస్వరూపము, త్వం = నీవు, అనగా దేహేంద్రియాదులకు అతీతమై సాక్షిభూతమైన చైతన్యమగు నీవు, అసి = అయితివి.

"ఏకమేవాద్వితీయ్యంస్యా న్నామరూపవివర్జితమ్
సృష్టే పురాతునాప్యన్య తాదృక్తతదితీర్యతే"

సృష్టికి పూర్వమందు నామరూపరహితమై చిద్రూపుడైన యే ఆత్మ యుండెనో ఆయాత్మ స్థితిసమయమందును యుపదేశ కాలమందును తత్ అనెడి పదము చేత చెప్పబడును.

"శ్రోత్రదేహేంద్రియాతీతా చిత్స్వత్ర త్వంపదేరితాన్
ఏకతా గ్రాహ్యతేసీతి తదైక్యమను భూయతామ్"

వినునటువంటి శిష్యుని యొక్క దేహేంద్రియాదులకు అతీతమై సాక్షిభూతమైన చైతన్యము త్వంపదము చేత చెప్పబడును.

	వాచ్యార్థము	లక్ష్యార్థము
తత్	ఈశ్వర స్వరూపము	పరమాత్మ స్వరూపము
త్వం	జీవస్వరూపము	ప్రత్యగాత్మ స్వరూపము
అసి	జీవేశ్వరైక్యము	ప్రత్యగాత్మ పరమాత్మైక్యము

ఇది సామవేద వాక్యము; సుషుప్తవ్యస్థ; కారణ శరీరము; విజ్ఞానమయ కోశము.

4. అయమాత్మా బ్రహ్మ –

అయం= స్వప్రకాశమై నిత్యమై అపరోక్షమై యుండు యీ

ఆత్మా = ఆత్మ స్వరూపమే

బ్రహ్మ = పరబ్రహ్మము

ఇది అధర్వణ వేద వాక్యము; తుర్యావస్థ; మహాకారణ శరీరము; ఆనందమయ కోశము.

స్వప్రకాశపరోక్షత్వా దయమిత్యుక్తితోమతః
అహంకారాది దేహాంతా త్ప్రత్యగాత్మేతిగీయతే ॥
దృశ్యమానస్యసర్వస్య జగత స్తత్వమీర్యతే
బ్రహ్మశబ్దేన తద్బ్రహ్మ స్వప్రకాశాత్మ రూపకమ్ ॥

సర్వంఖల్విదం బ్రహ్మ – సమస్తము బ్రహ్మస్వరూపము. తుర్యాతీతము; శరీర రహితము; పంచకోశ రహితము

ముక్తి విషయము

ముక్తియనగా విడుపు అని యర్థము. బంధములనుండి విడుపునకే ముక్తియని చెప్పుదురు.

ముక్తి రెండు విధములు :

1. జీవన్ముక్తి – స్వరూపలయము

2. విదేహ ముక్తి – అరూపలయము

అందు జీవన్ముక్తుడెట్టివాడనగా –

సుఖమునకు సంతోషించడు. దుఃఖమునకు వ్యసనపడడు. మంచి సువాసనలను గ్రహించలేడు. మఱియు రాగద్వేషములు లేనివాడును, అహంకారము లేనివాడును, ప్రత్యుపకారమును గోరకయే పరులకుపకారము చేయువాడును, తన కార్యముల హాని వృద్ధులకు భయపడనివాడును, పరమోపశాంతి గలిగియుండువాడును, తనవలన లోకులకు భయమును కలుగుజేయని వాడును, పరులజూచి భయపడనివాడును, జ్ఞానేంద్రియముల చేత దెలిసికొనియు సుఖదుఃఖములను జెందనివాడును, ఏకాగ్రచిత్తము గలవాడును, సర్వభూత దయాళుత్వము గల వాడును, నిత్య తృప్తి గలవాడును, యదృచ్ఛాలాభ సంతుష్టియు మృదు మధుర సంభాషణయు గలవాడును, మనోసంకల్పములేనివాడును, అన్య స్త్రీలయందు కోరిక లేనివాడును, ప్రియ అప్రియములు లేక నిద్రబోవు వానివలె సంచరించువాడును, సుషుప్తదశయందు వలె జాగ్రతదశ యందును సంకల్పములేనివాడై ఏ కోరికయును లేక ఆశయును లేక సహజ నిర్వికల్ప సమాధియందుండువాడును, శత్రువు మిత్రువు సమానముగా గలవాడును, నడుచునపుడు గాని కూర్చుండు నపుడు గాని జాగ్రతయందు గాని సుషుప్తియందు గాని స్వప్నమందు గాని పరుండునపుడు గాని నిద్రించినపుడు గాని యెవని చిత్తంబు విచారపరంబు గాకుండునట్టివాడును. జీవన్ముక్తుడని యెన్నబడును.

విదేహముక్తుడెట్టివాడనగా –

జననమరణంబులు శరీరధర్మంబులు గనుక వాటిని పొందనివాడును, ఆది మధ్యాంత రహితంబై మనస్సును దేహమును లేనివాడును, స్థూల సూక్ష్మ కారణ మహాకారణ శరీరంబులు లేనివాడును, అన్నమయ

ప్రాణమయ మనోమయ విజ్ఞానమయ ఆనందమయ కోశంబులు లేనివాడును, పృథి వ్యాపస్తేజో వాయురాకాశంబులనెడు పంచ భూతంబులు లేనివాడును, అచలపరిపూర్ణుడును, సమస్తమందు అంతరబాహ్యముల యందు నిండి నిబిడీకృతమై యుండువాడును, నిర్గుణసాక్షాత్కార పరబ్రహ్మ స్వరూపమే స్వరూపముగా గలవాడును, విదేహముక్తుడని చెప్పబడును.

పురుష ప్రయత్నము చేత మున్ముందుగా ధనమునార్జించి ఆ ధనమువలన సద్గుణ సంపన్నులగు సాధువుల నాదరించెనేని "సాధూనాం దర్శన పుణ్యమ్" అను న్యాయము వలన సజ్జసాంగత్యమును విషయరహితమును గలుగును. విషయ సుఖములయందిచ్ఛ లేమి వలన విచారణ కలుగును. విచారణ వలన చిత్తోపశమంబును, ఆత్మావలోకనంబును గలుగును. చీకటిలో నడుచువాడు మోడుచెట్టను జూచి దొంగయని భయపడినట్లు రూపనామంబులతో గూడిన ప్రపంచమును సత్యమని నమ్మి,

"మాతానాస్తి పితానాస్తి నాస్తిబంధు సహోదరాః
అర్థం నాస్తి గృహంనాస్తి తస్మాజ్జాగ్రత జాగ్రతః"

తల్లియు, దండ్రియు చుట్టములు అన్నదమ్ములు ధనము యిల్లు నశించునవి యనియు ఆ కారణమువలన జాగ్రతతో నుండవలెననియు దెలియక

"అన్యాయార్జితం విత్తం సహమూలం వినశ్యతి"

యను ప్రమాణము చొప్పున అన్యాయముగా ధనమును సంపాదించి ఆ ధనము ముందుండిన మూలధనముతోటి నశించును అని తెలియకనే సంతోషించు చుండెదరు. ముముక్షువు అట్లు కోరక నేనే బ్రాహ్మణుడను, అగ్రకులమందు బుట్టినవాడను, గృహస్థుడను, విద్యాధిక్యత గలవాడను, సదాచార సంపన్నుడను, సోమయాజిని, యజ్ఞంబులన్నియు జేసినవాడను, వైశ్వదేవాదికర్మలు చేసినవాడను, అనెడివి శేషంబులన్నిటిన్విడిచి భయరహితుండై పుత్రమిత్రకళత్రాది విషయంబగు కోరికను విడిచి అహంకారరహితుండై సమస్తము అసత్యమని నిశ్చయ జ్ఞానమే సమాధిగా గలవాడై తనకిష్టములగు వస్తువులను త్యజించి మనసును విషయములకు బోనీక నిలుపవలెను. అగ్నికి ఉష్ణమువలెనే, మనస్సునకు

సంకల్పము విషయము. చిత్తమృతియే మోక్షము. మనంబు దేని ననుసంధానంబు జేయునో దానిని సర్వేంద్రియవృత్తులును రాజాజ్ఞను మంత్రులు శిరసావహించినట్లు క్షణమాత్రంబుననే పొందగలవు. కావున విషయములయందు భోగేచ్ఛ లేక మనంబునందలి మలంబును సమూలంబుగా బోగొట్ట వలయును. నేను దుఃఖయుక్తుండను గాను, నాకు దేహంబు లేదు, పరిపూర్ణుడను, ద్వయదోష రహితుడను, నేను మాంసంబును గాను, అస్థులునుగాను, శరీరత్రయ విలక్షణుడనని తెలిసి మహాకారణస్వరూపుడై సాక్షిగానుండవలయును. సమాధి తరుణములయందు భార్యాబిడ్డలను దలపక ముక్తికాంతనే గురిగానుంచుకొని సమస్త దుఃఖములను విడనాడి "విగతతాపము" అనెడు అరణ్యమందు నిలిచి, అదియే నిర్జన ప్రదేశము గనుక అట్టి వృత్తి రహితమగు ప్రదేశమందు వర్తించుటవలన బుద్ధి విశ్రాంతి బొందగలదు. మాంసమును తినవలెనని చేప గాలములో జిక్కుబడినట్లు విషయసుఖముల కాశించి నశింపకుడు.

పరబ్రహ్మజ్ఞానమును దెలిసికొనుటకాసక్తి గలవాడే జాతియందున్నను బ్రహ్మవిద్యోపదేశంబున కర్హుండు. మూర్ఖునకు బోధించగిట్టదు. అట్లు బోధించిన సమస్త ఆభరణములతో అలంకరింపబడిన తన పుత్రిని కలలోన జూచిన పురుషునకిచ్చి వివాహము చేసినట్లగును.

పుష్యరాగము మొదలగురాళ్లన్నియు రత్నముచేత కోయబడును. రత్నము రత్నము చేతనే కోయబడవలయును గాని మరి దేనిచేతను కోయబడదు. అట్లే మనస్సు చేతనే మనస్సును భేదించవలయును.

సమాధి లక్షణమెట్లనగా

"జీవాత్మ పరమాత్మై క్యావస్థా త్రిపుటిరహితా
పరమానందస్వరూపా శుద్ధ చైతన్యాత్మికా సమాధిః"

జీవాత్మ పరమాత్మల కైక్యమును జేయవలయును. నేను అనెడిదియే జీవాత్మ; తాను అనెడిదియే పరమాత్మ. ఈ జీవాత్మ పరమాత్మల కైక్యమగుచో సాక్షిత్వము గూడను పోయి పరబ్రహ్మమందైక్యమగును. వాచా జ్ఞానము లేక అనుభవ జ్ఞానమును గలిగి యుండవలయును.

"మాతృవ త్పరదారాశ్చ పరద్రవ్యాణి లోష్టవత్
ఆత్మవ త్సర్వభూతాని యఃపశ్యతి సపశ్యతి"

పరస్త్రీలను తల్లివలె భావించవలయును. పరద్రవ్యముయందు ఆశ కూడదు. జీవన్ముక్తుల యొక్క తపోబలిమి తమకపకారము చేయునట్టి దుష్టులెంత బలవంతులైయున్నను వారిని చెఱుచును. తమ మేలు కోరునట్టి వారెంత బలహీనులైనను వారికి బలమును కలుగజేసి మేలు చేయును. ఇట్లు తపస్సంపన్నుల కోరిక లేకయే జరుగును. కనుక పెద్దల చెంతజేరి వారికి తొందరను గలుగజేయగిట్టదు. మనస్సునందైనను వారి కపకారము చేయతలంపు కూడదు.

జపము హోమము తపస్సులు మొదలగువానివలన ముక్తి కలుగదు. వాయుభక్షణ చేసినంతమాత్రముననే ముక్తి కలిగేయెడల సర్పములకును ముక్తి కలుగవలెను; నీరు త్రాగి జీవించుట వలన ముక్తి కలిగే యెడల చేపలు మొదలుగా గల జంతువులకును ముక్తి యుండవలయును; ఆకులు తినుటవలననే ముక్తి కలిగే యెడల మృగములకును ముక్తి కలుగవలెను; తలక్రిందుగా తపస్సు వలననే ముక్తియనే యెడల గబ్బిలములకును ముక్తియుండవలెను; ధ్యానము మౌనము కలిగిన మాత్రముననే ముక్తి కలిగే యెడల చేపలకొరకు కదలక తదేకనిష్ఠగా ఏకాగ్రచిత్తముకలదై యుండుకొంగకును ముక్తియుండవలయును; శాస్త్రములు చదువుటవలననే ముక్తికలదన్న మనము చెప్పినట్లు చదివెడు చిలుకలకును ముక్తి కలుగవలయును – అట్లు కలుగకపోవుట నుంచి వాయు భక్షకులు, పర్ణ భక్షకులు, జలాహారులు మొదలగువారికి ముక్తి లేదు.

"ఊర్ధ్వశూన్య మధశ్శూన్యం మధ్యశూన్యం యదాత్మకమ్
సర్వశూన్యం తదాత్మేతి సమాధి స్తస్యలక్షణమ్"
"ఊర్ధ్వ పూర్ణ మధఃపూర్ణం మధ్యపూర్ణం యదాత్మకమ్
సర్వపూర్ణం తదాత్మేతి సమాధి స్తస్యలక్షణమ్" – ఉత్తరగీత

పైనను, క్రిందను, నలుప్రక్కలను దృగ్గోచరమగు పదార్థమంతయు నశించునదియు, ఎచట నేవంకజూచిన ఆత్మ స్వరూపము నిండి నిబిడీకృతమై

యున్నదని భావించుటయే సమాధి లక్షణము. తనకంటె అన్యము లేదని భావించి సమస్తము తన స్వరూపమేయని తలంచగను సాక్షిత్వమును గూడబోయి పరబ్రహ్మమందైక్యమగును. ఈ మార్గమున దప్ప వేరు మార్గమున ముక్తి లేదు.

"జిహ్వోపస్థ పరిత్యాగే పృధివ్యాం కింప్రయోజనమ్" – ఉత్తరగీత

కొందరజ్ఞులు యీ వాక్యమునకర్ధము దెలియక జిహ్వా ఉపస్థ యింద్రియముల విషయములను త్యజించినచో ప్రపంచమందు ప్రయోజనము లేదనియు ఆ విషయసుఖములనుభవించుటకే జన్మమెత్తితిమనియు తలంచి విషయ లోలులైయుండి చచ్చుచు బుట్టుచుందురు. జ్ఞానులు అట్టి తుచ్ఛ సుఖములందాసయుంచక నిత్యసంతోషిగా నుండెదరు. ఎట్టివారికిని కోపముండ గిట్టదు.

"కోపమునకు ఘనత కొంచమైపోవును
కోపమునను మిగుల గోడుజెందు
కోపమడచెనేని కోరికలీడేరు
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ."

కోపము వలన హాని గలుగునేగాని మేలు గలుగదు. సర్వకాలసర్వా స్థలయందును కోపము లేకుండవలయను. ఎట్టి ప్రమాద సమయమందును కోపము నణచవలెను. మఱియు.

నారీ స్తనభర నాభీదేశం దృష్ట్వా మాగా మోహావేశం
ఏతన్మాంసవసాదివికారం మనసివి చింతయ వారం వారం ॥

స్త్రీలను జూచి త్వక్చర్మమాంసరుధిరమేధోమజ్జాస్థి యనెడు సప్తధాతువు లతో కూడినదియు, మలమూత్రములకిరువగునది యనియు తలంచక మన్మధగృహమున కాశించెదరు. అట్లు చేయక మాంస వికారములని సమస్త కాలములయందు తలంచవలెను.

"తయోరేష సగ్స్తావోయ ఏషోన్తర్హృదయ ఆకాశః"

– బృహాదారణ్యకోపనిషత్ – 6 అ. 2 బ్రా – 3.

అన్తర్హృదయమందలి చిదాకాశమే జీవేశ్వరులనెడు స్త్రీ పురుషులకు సంభోగ స్థానము. అట్టిస్థానమందే రమించి సుఖము ననుభవించవలయుగాని అన్య స్త్రీలమీది కోరిక విడువవలయును.

సచ్చిదానందం –

సత్ = నశించక అన్ని కాలములయందుండునది,

చిత్ = స్వప్రకాశజ్ఞాన స్వరూపమగునది

ఆనంద = నిరంతర సుఖమునిచ్చునది

అగు పరబ్రహ్మ స్వరూపము

అట్టి పరబ్రహ్మానుసంధానము చేయుటవలననే ఎడతెగని సుఖము కలుగును. కట్టెయందు నిప్పువలెనే పుష్పములయందు వాసనవలెనే పాలయందు నేతివలెనే సమస్త భూతములయందు ఆత్మ స్వప్రకాశముగానున్నది. అట్టి ఆత్మావలోకన లేకనే ముక్తి కలుగదు.

ఈ కలియుగమందు పాపకూపారమున పడియుండుట వలన అనేకులు దుర్మార్గము చేయుదురు; దొంగిలింతురు; హింస చేయుదురు; శూద్రులకు సేవ చేయుదురు; ధనాపేక్ష చేత నీచులకు బోధ చేయుదురు; సత్యమగు దాని నసత్యమనియు నసత్యగుదానిని సత్యమనియు, వాదించెదరు; విద్యా విహీనులైయున్నను, సమస్త విద్యలను దెలిసినట్టుగా నటించెదరు; శూద్రులు వండిన అన్నమైనను తిందురు; ద్రవ్యము కొరకు కన్యకలను విక్రయించెదరు; బ్రాహ్మణ శబ్దమున కర్థము దెలియక, జందియము వేసికొనుట మాత్రముననే బ్రాహ్మణులమని చెప్పుదురు; సన్మార్గులను నిందింతురు, నీచ జాతితో సంభోగమును కోరుదురు; రోగపీడితులై యుండెదరు; మద గర్వము చేతను, అమిత కోపము చేతను, దుఃఖము చేతను నిండియుండెదరు; మోసము చేయుటయే ప్రజ్ఞా విశేషమని తలంచెదరు. ఏమి కాలమహిమ? పూర్వకాలమున దుర్మార్గము లేకపోవుట వలన సద్గుణ సంపత్తిగలవారై యనేక సంవత్సరములు జీవించిరి.

ఇప్పుడట్లు గాక అల్పాయుష్యము గలవారై కొద్దివయసులోనే అమితమగు

పాపమును చేసినవారై చచ్చుచు బుట్టుచుండెదరు.

బుద్ధిమంతులు యీ దుర్మార్గములు మొదలగు దుర్గుణముల కిరవివ్వక సద్గురువును వెదుకవలెను. గురువులేని విద్య తల్లిదండ్రులు లేని బిడ్డవలెను భర్తలేని పడుచువలెను కళాహీనమైయుండును. నొసటిర్వాత దుడిచి భస్మముతో రేఖలు గీచి హస్తమస్తక సంయోగము చేయగా తెలివి శిరస్సునందు నిలుచును. ఆ తెలివియే నీవని గురువు చెప్పును. సూర్యుడు కిరణములతో నెట్లు అస్తమించునో అట్లే మనస్సున్ను వృత్తులతో అణగి తనయందే నిలుచును. పక్షులు రాత్రులయందు చెట్లయందు నిద్రించు రీతిని జీవుడు పరమాత్మయందు నిద్రించును. గోవులు వేర్వేరు అనగా నల్లగోవు తెల్లగోవు యర్రగోవు – అయినను పాలంతయు తెల్లగా నుండి మధురము గలవియగును. అట్లే భూతములు వేర్వేరయినను పరమాత్మ యొక్కటేయని తెలియునది.

కౌశికుడను బ్రాహ్మణుడొకయెఱుక వానివద్ద సమస్త ధర్మములను దెలిసికొనెనని వినలేదా; కనుక శూద్రులని సందేహించక బుద్ధిమంతుల వద్ద రహస్యములను దెలిసికొని అరుణిమొదలగువారివలెనే ఊర్ధ్వ రేతస్కులై యుండునది.

శ్లో॥ మన ఏవ జగత్సర్వం మన ఏవ మహారిపుః
మన ఏవ హి సంసారో మన ఏవ జగత్త్రయమ్ ॥

– ఋభుగీత – 2 అ. 34 శ్లో

మనంబె సర్వప్రపంచము, మహాశత్రువు, మహా సంసారము, లోకత్రయము అగును. మనంబుచే సర్వము కల్పింపబడును. మనంబుచే సర్వము పరిపాలింపబడును. మనంబుచే సర్వము స్మరింపబడును. కనుక మనంబే సంసార కారణమైయున్నది. మనస్సు వలననే దుఃఖమును పాపములును, సంకల్పమును, జీవుడు, చిత్తము, అహంకారము, మహాబంధము, అంతఃకరణ, పంచ భూతములు, పంచతన్మాత్రలు, పంచవిషయములు, పంచ కోశములు, అవస్థాత్రయములు కలిగెను. కావున ప్రపంచమంతయు మనో వికారమే గాని అన్యము కాదు.

"అన్నం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్"
"ప్రాణో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్"
"మనో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్"
"విజ్ఞానం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్"
"ఆనన్దో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్"

– తైత్తిరీయోపనిషత్

అన్నము, ప్రాణము, మనస్సు, విజ్ఞాననము, ఆనన్దము, బ్రహ్మ స్వరూపమని తెలిసికొనెను. ఇట్లు తెలిసినవాడే ముక్తుడని తెలియునది.

"అశ్వక్రాన్తే రథక్రాన్తే విష్ణుక్రాన్తే వసుంధరా
శిరసా ధారితా దేవి రక్షస్వమాం పదేపదే
ఉద్ధృతాసి వరాహేణ కృష్ణేన శతబాహునా"

– తైత్తిరీయోపనిషత్

గుఱ్ఱముల యొక్క రథముల యొక్క విష్ణువు యొక్క సంచారములను ఓర్పు చేత సహించునట్టి ఓ భూమీ! నీవు వరహాతారమందవతరించిన భగవంతుని చేత పాతాళమునుంచి తేబడినదానవు. నీవు శిరస్సునందు ధరింపబడిన దానవై నన్ను రక్షింపుము, రక్షింపుము. అను యీ మంత్రము నుచ్చారణను చేయుచు స్నానకాలమందు మృత్తుకను శిరస్సునందు ధరించవలయునని చెప్పుదురు. అజ్ఞులవలె మృత్తుకను శిరస్సునందు ధరించుటయందు లాభమేమియు లేదు. ఇట్లు మృత్తికను శిరస్సునందే ధరించుట వలన ముక్తి కలుగునెడ బాలురును ఉన్మత్తులును మన్నును తలమీద వేసుకొని వికార రూపముతో తిరిగెదరు. వారికందరికి ముక్తి యెక్కడిది. ఈపై వాక్యమునకు బాహ్యార్థము వదలి యంతరార్థము నాలోచించవలయును. పృధివి వలెనే మనస్సు కఠినమై విషయములకు బోవుచు అథోముఖమై యుండును. అట్టి మనస్సును ఊర్ధ్వముఖ వ్యాపనము చేసి శిరస్సునందే ధరించవలయుననియు అట్టిచో విషయములు లేవనియు, పరబ్రహ్మ ప్రాప్తికి మార్గమనియు పెద్దలు చెప్పుదురు.

"అకార్య కార్యవకీర్ణీ స్తేనో భ్రూణహా గురుతల్పగః
వరుణోపా మఘమర్షణ స్తస్మా త్పాపా త్ప్రముచ్యతే"
– తైత్తిరీయోపనిషత్

జలమునందు స్నానముచేసినచో కూడని పనిచేసినవాడును, వ్రత భ్రష్టుడును, దొంగవాడును, గర్భములోని శిశువును జంపినవాడును, ఎట్టి మహా పాపములు చేసినవాడును, ఆయా పాపముల నుండి విడువబడుచున్నాడు. ఆనగా ఎట్టి మహాపాపము చేసిన వాడైనను గంగాది మహాతీర్థములయందు స్నానము చేసినచో పాపరహితుడగును.

ఇట్లు బాహ్యార్థమునే గ్రహించెనేని నలువది రూపాయిలు చేతదీసి కాశికి పోయి స్నానముచేసిన ముక్తి కలుగవలయును. ఇట్లెంతమంది ప్రతి సంవత్సరము కాశికి బోవుచుండిరి. ఈ విధముగ రూపాయిలకు ముక్తి కలదు గాని వాటిని చేత దీసికొని కాశికి బోవు వారికి ముక్తి లేదు. సద్గురు ప్రసాదతీర్థమనెడు బ్రహ్మానంద సముద్రమునందు స్నానము చేసిన ముక్తి కలుగును గాని కాశీ రామేశ్వరంబులు తిరిగిన ముక్తి లేదు. ఇందువలన కాశీ రామేశ్వరంబులకు పోవలదని చెప్పుట కాదు. అందువలనను ఫలము కలదు. ఇతర దేశ విశేషంబులు తెలియగలవు. తీర్థ స్నానము వలన పుణ్యము గలదు. ఆ పుణ్య ఫలమనుభవించవలయు అంతియకాని ముక్తి లేదు.

"నకర్మణా నప్రజయా ధనేన త్యాగే నైకేఅమృతత్వమానశుః
పరేణనాకాంనిహితం గుహాయాం విభ్రాజతే యద్యతయో విశన్తి."

స్వర్గలోకమునకు మీదుగా పరమాకాశమందుండెడి మోక్షపదము కర్మ చేతను సంతానము చేతను ధనము చేతను పొందదగినది కాదు. మనస్సన్యాసనము చేతనే పొందదగినది. అదియే ముక్తి.

మఱియు సత్యవాక్పరిపాలనవలననే ముక్తియని కొందరును, తపస్సు చేతనే ముక్తియని కొందరును, అంతరింద్రియ నిగ్రహమువలననే ముక్తియని మరికొందరును, దానకర్ణునివలె దానములు చేయుట వలన ముక్తియని మరి కొందరును, ధర్మమువలననే ముక్తియని కొందరును, బ్రహ్మచర్య నియమమే

ముక్తి మార్గమని కొందరును, వైశ్య దేవము మొదలుగా గల కర్మల చేతనే ముక్తియని కొందరును, యజ్ఞముల చేత ముక్తియని కొందరును, ఆధానముల చేత ముక్తియని మరికొందరును, పలువిధములుగా చెప్పుదురు. దేనివలనను ముక్తికానము. పరబ్రహ్మమందు లీనమైతేనే గాని ముక్తి లేదు.

అన్నము వలన ప్రాణులకు బలము గలుగును. బలము చేత తపస్సును, తపస్సు వలన ఆస్తిక్యబుద్ధియును, అందువలన వేదాంత శ్రవణమును, తద్వారా మననమును, పిమ్మట నిధిధ్యాసయును, నిధిధ్యాస వల్ల భగవంతునియందు జ్ఞప్తియును, అందువలన ఆత్మ జ్ఞానమును కలుగుచున్నవి. పిమ్మట అపరోక్షజ్ఞానమును ముక్తియును కలుగును. మనోవాక్కాయముల చేత త్రికరణ శుద్ధిగా గురుసేవ చేసి గురుపాదోదకమును త్రాగి ఉచ్ఛిష్టమును భుజించని యెడల ముక్తి లేదు.

మహాకర్త – జనన మరణంబులు వార్థక్యములయందు సుఖదుఃఖముల జెందనివాడును జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్త్యవస్థలు లేనివాడును, చూచువాడు, చూపు, చూడబడునది యను వేరు భావము లేనివాడును, సత్యాసత్యము, ధర్మాధర్మము, ప్రియాప్రియములనెడి భేదములు లేనివాడును, అహంభావము లేనివాడును, పరోపకార బుద్ధి గలవాడును, మాత్సర్యము లేనివాడును, తాను జేసిన పని చెడిపోయినను వ్యసనపడనివాడును, సమస్తమునకు సాక్షియగువాడును మహాకర్తయని చెప్పబడును.

మహాత్యాగి – ఏ కోరికయును లేనివాడును, సంకల్ప రహితుడును, మహాకర్తయగు వాడును, మహాత్యాగియని చెప్పబడును.

కII జనియును, మృతియును, ధర్మం
బు నధర్మము సౌఖ్యదుఃఖములు లేవని నె
మ్మనమున దలంచు నెవ్వం
డనఘమతీ యతడపో మహాత్యాగి ధరన్

మహాభోక్త – కోరిక లేక ప్రారబ్ధవశమున నేవేళ కేది లభించినను సమభావముతో నుండువాడును కలిమి లేములయందు సమభావము

గలవాడును, ఉప్పు పులుసు వగరు కారము చేదు తీపి మొదలుగా గల రుచులనన్నిటిని సమముగా జూచి బ్రహ్మానందముతో భుజియించు వాడును, బూడిదెను చక్కెరను, బంగారమును మన్నును సమముగా చూడువాడును, మహాకర్తయును, మహాత్యాగియును, మహాభోక్తయని చెప్పబడును.

క॥ సమభావన నెందు విరో
ధము వడయక కోర్కులెల్ల దా వీట్కొని ప్రా
ప్తము ననుభవించు నెవ్వం
డమలమతీ యతడపో మహాభోక్త ధరన్ ॥

ఈ మూడింటిచేతనే బుద్ధి విశ్రాంతిని పొందగలదు.

బ్రహ్మవేత్తలు

బ్రహ్మవేత్తలు నాలుగు విధములు :

1. బ్రహ్మవేత్త – కర్మఫలత్యాగియై నిత్యనైమిత్తిక కర్మలను విధిగ జరుపుచు యదృచ్ఛాలాభసంతుష్టియను నిరహంకారమును సర్వభూత దయాళుత్వమును గలిగి ఆత్మారాముండును, ఆత్మ తృప్తుండునై కామక్రోధలోభ మోహమదమాత్సర్యంబులనెడు అరిషడ్వర్గంబు లేక ప్రియాప్రియములు నిందాస్తుతులు మానావ మానంబులు శతృమిత్రులనెడు భేదములు లేక సంచరించువాడును, గుణాతీతుండును, దర్పణమును రూపమంటని రీతిని నాలుకకు నేతి జిడ్డంటనిరీతిని కుమ్మరపురుగువలె అంటియంటక యుండు వాడును బ్రహ్మవేత్తయని చెప్పబడును. అగ్నిచే గాలిన పత్రము, పత్రము వలెనే గనుపడునట్లు అజ్ఞాన దృష్టిచేత శరీర సహితముగా గనుబడును. నిజముగా చూచినచో అశరీరుడనియే చెప్పవలయును. ఆతండే సుందరస్త్రీని సూకరముగ జూచును.
2. బ్రహ్మవిద్వరుడు – కర్మలను వదిలి సంప్రాప్త సుఖదుఃఖములనుభవించుచు సమాధినిష్ఠాగరిష్ఠుండై యుండువాడు.
3. బ్రహ్మవిద్వరీయుడు – సర్వకాలములయందు సహజామనస్క రాజయోగ నిష్ఠాగరిష్ఠుండై బరులవలన మేలుకొలుపంబడి కించిదాహారంబు గొనుచు నిద్రబోవు వాని వలె విశ్వమును మరిచియుండువాడు.
4. బ్రహ్మవిద్వరిష్ఠుడు – బాహ్యాంతరములు మరచి నిరంతర నిర్వికల్ప సమాధి నిష్ఠుండై ప్రకాశించువాడు.

0 బ్రహ్మవేత్త నియమములు :

"అన్నం ననిన్ద్యాత్" = అన్నమును నిందించగూడదు
"అన్నం నపరిచక్షీత" = అన్నమును పరిహరించగూడదు
"అన్నం బహుకుర్వీత" = అన్నమును మర్యాద చేయవలెను.
– తైత్తిరీయోపనిషత్

పరబ్రహ్మము

సజాతీయ విజాతీయ స్వగతభేదశూన్యమును పరిశుద్ధమును సుఖ స్వరూపమును నాశరహితమును పరిపూర్ణమును అగునట్టియు, సత్తు చిత్తు ఆనందము నిత్యము నిర్మలములనెడు పంచలక్షణములచేత వెలుగునట్టియును అగు పరబ్రహ్మము అణువులకంటె అణువును మహత్తులలో మహత్తును నామ రూపక్రియా రహితమును జనన మరణములు సుగుణ దుర్గుణములు లేనిదియును తెలుపు నలుపు యెరుపు మొదలుగా గల వివిధ రంగులు లేనిదియునై యున్నది.

సజాతీయ భేదము – తన జాతి వస్తువుకన్న తాను భేదముగ నుండుట.

విజాతీయ భేదము – ఇతర జాతి వస్తువుకన్న తాను భేదముగనుండుట.

స్వగత భేదము – తనయందేయుండు అవయవములకు యింద్రియములకు

గల పరస్పర భేదము.

జాగ్రతదశయందు ఎదుటకనుబడిన వస్తువులు కనుబడకుండునపుడు ఏ రూపంబుండునో అదియ పరబ్రహ్మంబు, మనసునకు సంకల్ప రాహిత్యమగు నపుడు దానిరూపమే పరబ్రహ్మంబు.

పరబ్రహ్మంబు అవాంగ్మానసగోచరంబై అజంబై నిత్యంబై యపక్షయ రహితంబై వృద్ధి రహితంబై శరీరంబు నశించునప్పుడు దానునశింపక సర్వకాలముల యందును స్వయముగానే ప్రకాశించుచుండును.

"ఆకాశస్య గుణశ్శబ్దో నిశ్శబ్దో బ్రహ్మఉచ్యతే" – ఉత్తరగీతి

ఆకాశమందు శబ్దమున్నది. శబ్దరహితమే పరబ్రహ్మము.

పరబ్రహ్మము సత్యజ్ఞానానందస్వరూపము, నిర్వికారము, నిరవయవము, నిత్యము, నిర్దోషము, పరిపూర్ణముగనున్నది. సగుణబ్రహ్మోపాసన చేయువారు అర్చిరాదిమార్గముగ బ్రహ్మలోకమును పొంది శ్రవణాదుల చేత యపరోక్ష సాక్షాత్కారము గలిగి మోక్షమును పొందుదురు. కర్మ నిష్ఠులు ధూమాది మార్గమున బితృలోకమును పొంది పుణ్యసుఖములననుభవించి తిరిగి పుట్టుచున్నారు. నిషిద్ధ కర్మ నాచరించువారు నరకములను పొందుదురు.

అవిద్య – జడము, సవికారము, రూపము, ఆద్యంతములు గలది. అజ్ఞాన రూపము సత్వరజస్తమోగుణత్రయాత్మకము.

బ్రహ్మము అవిద్యవలన సగుణబ్రహ్మంబై అయిదు భేదములుగ జెప్పబడును.

1. శుద్ధ చైతన్యము – సాక్షి స్వరూపము, పరమాత్మ, అంతరాంతర ఎఱుక
2. మాయావచ్ఛిన్న చైతన్యము – ఈశ్వరుడు, సృష్టికర్త, సర్వాంతర్యామి, సగుణ బ్రహ్మము. దీనికే శబళబ్రహ్మమని చెప్పుదురు.
3. అంతఃకరణావచ్ఛిన్న చైతన్యము – జీవుడు, అంతఃకరణయందు ప్రతిఫలించిన ప్రతిబింబము. బింబ ప్రతిబింబములకు భేదము లేనట్లు జీవునికిని అంతఃకరణావచ్ఛిన్న చైతన్యమునకును భేదము లేదు.
4. వృత్యవచ్ఛిన్న చైతన్యము – అంతఃకరణవృత్తులయందు ప్రతిఫలించు చైతన్యము. ఇదియే జ్ఞానము. ఇదియే మహదహంకారము.
5. విషయావచ్ఛిన్న చైతన్యము – ఘటము పటము మొదలుగా గలవి. జ్ఞాన శూన్యమై వికారాస్పదమై యుండును.

ఆత్మ ప్రతిబింబమువలన శబ్దస్పర్శరూపరసగంధంబులనియెడు పంచతన్మాత్రము కలిగెను. తద్వారా అపంచీకృత పంచమహాభూతములేరుపడి పంచీకరణం బాయెను.

మాయోపాధిక బ్రహ్మంబు సగుణబ్రహ్మంబనియు, కేవలమై మాయరహిత మగు బ్రహ్మంబు నిర్గుణమనియు, సగుణనిర్గుణ విలక్షణం బగుబ్రహ్మంబు నిష్ప్రతియోగిక మనియు బెద్దలు చెప్పుదురు.

అమనస్కము

అమనస్కమనగా మనసు లేకుండుట. సర్వకాల సర్వావస్థలయందు మనసు పరబ్రహ్మమందైక్యమగుచో యమనస్కంబని చెప్పుదురు. అట్లు మనసునకు వృత్తిరహితము కావలయును గాని పశువులవలె కందమూలాదులు భక్షించినను, సర్పములవలె వాయువును భక్షించినను, గానుగను చుట్టివచ్చు యెద్దులవలె నిత్యమును దేవాలయములయందు ప్రదక్షిణము చేసినను, తాబేలు వలె విషయములలో బడనివ్వక యింద్రియంబులు నిలిపినను, గబ్బిలమువలె తలక్రిందులుగా తపస్సు చేసినను, పందికొక్కులవలె గుహలలో యుండినను, మఱ్ఱియూడలవలె జడలు దాల్చినను ముక్తి లేదు. అమనస్కంబు గాదు. అమనస్కంబుగానిది పరబ్రహ్మమందైక్యము కానేరదు.

ఇందులో దేవాలయములయందు ప్రదక్షిణము చేయగూడదని చెప్పుట కాదు. ఆట్లు ప్రదక్షిణము చేయుటవలన అమనస్కముగాదనియు ముక్తి లేదనియు తెలియునది. సగుణోపాసకులు ప్రదక్షిణములు చేయుచు రాగా వారి కోరికలు నెరవేరును.

బ్రహ్మవేత్త నిర్వికల్ప నిష్కళంక నిష్ప్రపంచంబైన తుర్యంబున యెరుక మాత్రావశిష్టుండై యుండు. ఇట్టి మహాత్ముండు ధూమరహితంబైన వహ్ని చందంబున, అనగా పొగలేని నిప్పువలెనే ప్రకాశించుచుండును. జరామరణం

బులు, లాభాలాభములు, మానావమానములు, ప్రతిష్ఠాప్రతిష్ఠలు, అహంకార మమకారంబులు, జయాపజయంబులు, రాగద్వేషములు, శోకమోహములు, వృద్ధిక్షయములు, క్షుత్పిపాసలు అను ద్వంద్వంబులను జయించినవాడై యుండును.

మఱియు వాసనాత్రయంబు లేకుండవలయును.

1. శాస్త్ర వాసన – సమస్త శాస్త్ర పురాణములు చదివి చదివి అర్థమెల్లను వెదకియు వాటి ఫలమును బొందంగవలయు ననెడి పట్టుదలయే శాస్త్ర వాసన.
2. లోకవాసన – అందరునడుచుదోవను నడువలవెననెడి తలంపు.
3. దేహ వాసన – శరీర పోషణ, యాత్ర, తీర్థ స్నానములు, మొదలగువానియందు కోరిక.

ఇట్లు వాసనాత్రయంబులేనివాడై గత్రయంబు లేనివాడై యుండవల యును గాని అభ్యాసకులవలె భ్రూమధ్యమందు దృష్టి నిలుపంగదగదు.

గీ॥ ద్రష్టు దర్శన దృశ్య విరామ మెచట
నగునచట దృష్టి నిలుపంగ నగునుగాని
చెదరి నాసాగ్రమున జూపు జేర్పదగదు
కోరియమనస్క రాజయోగులకు వత్స ॥

శ్లో॥ ద్రష్టృ దర్శన దృశ్యానాం విరామో యత్ర వా భవేత్
దృష్టి స్తత్రైవ కర్తవ్యం నాసాగ్రవలోకనం ॥

ఇట్టు చూచువాడు చూపు చూడబడునది యనుమూడును విశ్రాంతిని బొందు స్థలము, అనగా రహితమగుతావుననే మనసు నిల్పవలెను గాని భ్రూమధ్యమందు నిలుపగూడదు. అభ్యాసకులు భ్రూమధ్యమందే నిలుపునది. క్రమక్రమముగా నిలుకడచిక్కిన తరువాత నియమ స్థలమును వదిలి పరబ్రహ్మమందే నిలుపవలెను.

"గురుసన్నిధి సాలోక్యం సామీప్యం హస్తమస్తకం
దీక్షామాత్రేణ సారూప్యం సాయుజ్యం సమరసైక్యతామ్"

గురువు చెంతకు బోవుటయె సాలోక్యమనియు, హస్తమస్తక సంయోగమె సామీప్యమనియు, త్రివిధి దీక్షలు తెలిపినంతనే సారూప్యమనియు, సమరసము కలిగియుండుటయే సాయుజ్యమనియు, అదియ ఐక్యమనియు బెద్దలు చెప్పుదురు.

అనేకులు గురువులమని పేరు పెట్టుకొని ధనమును హరించెదరు. కావున జాగ్రత గలవారై బ్రహ్మనిష్ఠా గరిష్ఠులగు పెద్దల చెంత జేరి వారి యను గ్రహమును వడసి పరబ్రహ్మజ్ఞాన సంపన్నులు గావలయును.

చ॥ అలయక సప్తవారిధుల నావలి కీవలి కొక్కరీతిగా
గలయగ నీదవచ్చును నగంబుల నచ్చనగండ్లుగా గాని ఈగరం
బులగొని యాడవచ్చు నభమున్ గలుశింపగ వచ్చు గాని యీ
య్యిల నమనస్కయోగము గ్రహింపగరాదు దలంపనేరికిన్
సప్తసముద్రముల నొక్కపెట్టున నీదవచ్చును
పర్వతములను అచ్చనకాయలుగా ఆడవచ్చును
ఆకాశమును కప్పవచ్చును, గాని అమనస్క యోగము
తెలిసికొనుట అతి దుర్లభము.

అని చెప్పినమాత్రముననే అతి కష్టమని వదలివేయ గిట్టదు. పుష్పములు గోయుటకంటెను కన్నులు మూయుటకంటెను అమనస్క మార్గము అతి సులభము. తెలియనంతవఱకు కష్టమును తెలిసిన పిమ్మట సులభమైనదిగా నున్నది. ఈ అమనస్క భావము యొక్క మహతిట్టిదని చెప్పనలవి కాదు. మనస్సును క్రమక్రమముగా స్వాధీనము చేయగా యది నిలిచి వృత్తిరహితమై యమనస్కంబును పరిపూర్ణంబును అగును.

అచలము – పరిపూర్ణమునకే అచలమని చెప్పుదురు. సచ్చిదానందమునకును అచలమునకు భేదముగా చెప్పెదరు. ఏమియు భేదము కానము అచలమన్నను పరిపూర్ణమన్నను పరబ్రహ్మమన్నను మాటల భేదమే కాని అన్యమేమియు లేదు. నిర్గుణ సాక్షాత్కార పరబ్రహ్మ స్వరూపమునకే అచలమని చెప్పుదురు. అచలమును బోధించు గురువుల అచల గురువులని చెప్పబడుదురు. వారును మనవలెనే తినుచున్నారు తిరుగుచున్నారని చెప్పనొప్పదు. శిష్యులను కడతేర్చుటకు గాను

అవతరించినారని తలంచవలెను. వారు పరిపూర్ణులే గనుక అశరీరులు బ్రహ్మవేత్తలు అని చెప్పబడుదురు. అశరీరులు అచలగురువు అని చెప్పబడువానికిని శరీరము ప్రత్యక్షముగ కనుబడుచున్నదనియు వారు మోసగాండ్రనియు కొందరజ్ఞత చేత పరిహసించెదరు. వారి వారి యనుభవము వారికే తెలియవలయును గాని అన్యులకెట్లు తెలుసును. పెద్దలను సేవించి వారి సంగతిని వారి మార్గమును తెలిసికొనజాలక, పరిహసించి పాపకూసారమున బడి చచ్చుచు బుట్టుచుండెదరు. మఱియు కొందరు సన్యాసమును తీసికొనిరనియు, వారా యాశ్రమమును తీసికొనుటకు అర్హులుగారనియు, వారలకేమియు తెలియదనియు, సంస్కృతభాషాజ్ఞానము కొంచము కలదనియు, వాచాజ్ఞానమే కాని యనుభవము లేదనియు, సచ్చిదానందపరులనియు పరిహసించెదరు. చెరకుతినిన గాని చెరకునందలి తీపి తెలియదు. చెరకును చూచిన మాత్రముననే తీపి లేదని చెప్పగిట్టదు. కావున అట్టి పెద్దలకు తొందర కలుగజేయక వారికి సంతోషమగునట్లు వినయ విధేయతలతో సంభాషించిన వారానందభరితులయ్యెదరు. అప్పుడు గాని సుధ స్రవించదు. అట్టి సుధాపానము చేసినగాని బ్రహ్మానందము కలుగదు. పిమ్మట వారెంత వారయినది తెలియగలదు. అట్లు కాక, వారిని పరీక్షించవలెనని వెళ్లి సంభాషించినచో, పెద్దలనెడు అద్దమునందు అజ్ఞానమువలన ఏ వికారముతో మనము చూచిన ప్రతిబింబమునకును ఆ వికారమేయుండగలదు. కావున వికారములన్నియు చూచు వారియందే యున్నవి గాని అద్దమునందే వికారమును లేదు. పెద్దలు మలినరహితులనియు సంకల్ప శూన్యులనియు తెలియునది.

సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ.